

‘સસ્તું’ સાહિત્ય એટલે ઊંચામાં ઊંચું સાહિત્ય’

# ઘરઘરનો વૈધ



પ્રયોગક :

વિજયશંકર ખનશંકર સુનશી,  
બી. એ.



ત્રિલોકી અર્જુનકાંટની પ્રસ્થાપના  
**સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય**  
ઠે ભદ્ર પાસે અમદાવાદ અને કાલજાદેવી રોડ મુજબ ૨



દોઢ રૂપિયે

ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ ગૂજરાત કૉપીરાઇટ વિભાગ ]

અનુક્રમાંક ૨૭૧૦૫

કિંમત ૧-૯-૦૦

અથવા <sup>ધર</sup>નામ ધરનો વેદ

વર્ગીક ૬૨

‘સરતુ’ સાહિત્ય એટલે ઊંચામાં ઊંચું સાહિત્ય

# ઘરઘરનો વૈદ્ય

★

પ્રયોજક :

વિજયશંકર ધનશંકર જુનસી, બી. એ.

★

ત્રિલોકી અમરકાંતેલી પ્રસાદે  
સરતુ સાહિત્ય વર્ષિક કાર્યાલય  
કે. ભદ્ર પાસે અમદાવાદ અને કાલબાદેવી રોડ મુળવ ૨

★

દોઢ રૂપિયો

લઙ્ગનં ચુંદનં કાલે રુક્ષણં સ્વેદનં તથા ।

સ્વેદનં સ્તમ્બનં ચૈવ જાનીતે યઃ સ વૈ મિષકઃ ॥

અર્થાત્ : જોને થોડા સમયે લંઘન, ટુંદણુ, રૂક્ષણુ, સ્વેદન, સ્વેદન અને સ્તંભન (કરાવતાં) આવડે છે, તે જ વૈદ્ય છે.

(ચરકસંહિતા, સૂત્રસ્થાન, અધ્યાય ૨૨, શ્લોક ૪.)

‘ If the physicians of the present day would drop from the Pharmacopoeia all the modern drugs and chemicals and treat their patients according to the method of Charaka, there would be less work for the undertakers and fewer chronic invalids in the world. ’

G. H. Clerk, M. A., M. D., (Philadelphia)

અર્થાત્ : જો આજના દાકતરો દવાઓના પુસ્તકમાંથી આધુનિક દવાઓ અને રસાયણોને રજા આપી દે અને ચરકની પદ્ધતિ પ્રમાણે દરદીઓની ચિકિત્સા કરે, તો મસાણીને થોડું કામ મળે (મરણ-સંખ્યા ઘટી જાય) અને જગતમાં ‘ માંદલા ’ માણસો ઓછા થઈ જાય (રોગ ધર કરે નહિ).

જી. એચ. ક્લાર્ક, એમ. એ., એમ. ડી., (ફિલાડેલ્ફિયા)

મુદ્રક અને પ્રકાશક : ત્રિભુવનદાસ ૬૦ ૬૬૨,

સરવં સાહિત્ય મુદ્રણાલય, રાયબડ, અમદાવાદ

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય  
અમદાવાદ  
ગુજરાતી કૉપીરાઈટ-સંગ્રહ  
૨૭ ૧૯૫૬



## નિવેદન

આ પુસ્તકમાં જીદાજીદ રોગો થવાનાં કારણો, નિદાન, પૂર્વરૂપ અને ઉપચાર આપેલા છે.

કાઠિયાવાડના જાણીતા સ્વર્ગસ્થ વૈદરાજ નાનભટ્ટઆપાએ વરસો સુધી આમાં આપેલા ઉપચારો જાતે અનુભવેલા છે અને તેમના સુપુત્ર વૈદરાજ પ્રભાશંકરને વારસામાં સુપરત કરેલા. તેમણે આયુર્વેદને લગતાં લગભગ બધાં શાસ્ત્રોનો અભ્યાસ કર્યો અને સત્ય વસ્તુ સમજવા સારું અંગ્રેજી વૈદક (એલોપથી), હકીમી, હોમિયોપથી અને નેચરોપથીનો પણ તુલનાત્મક દષ્ટિએ અભ્યાસ કર્યો. આ અભ્યાસની સાથેસાથે મળતા રહેલા જાતઅનુભવના આધારે એમને આયુર્વેદની વૈદકીય પદ્ધતિની સરળતા, શાસ્ત્રીયતા અને વિશેષ ઉપયોગીતાની ખાતરી થઈ; અને છેલ્લાં ચાલીસ વર્ષોથી આયુર્વેદ પદ્ધતિએ નિદાન ને ચિકિત્સા કરવાથી આવેલાં મુંદર પરિણામોએ એમને નિઃશંક બનાવી દીધા.

પોતાના શિષ્યોને તેઓ આયુર્વેદના આ સરળ પ્રયોગોથી વૈદકના ધંધાની શરૂઆત કરાવે છે. તેમના એક શિષ્ય શ્રી. વિજયશંકર ધ. મુનશી બી. એ. છેલ્લાં દસેક વર્ષથી એમના સંપર્કમાં રહ્યા છે. તેમણે આ પ્રયોગો શીખીને જાતે અનુભવ લીધા પછી આ પુસ્તકનું લખાણ વૈદરાજની દોરવણી નીચે તૈયાર કર્યું છે. આમ આ પુસ્તકમાં આપેલાં દરદો પાછળ લગભગ ત્રણ પેઢીનો જાતઅનુભવ અને અભ્યાસ રહેલાં છે.

આયુર્વેદના લગભગ બધા ગ્રંથોમાં આમાં આપેલાં દરદો વિષે માહિતી અને ઉપચારો આપેલા છે. સામાન્ય માણસોને આ વિષયનો દરરોજનો અનુભવ હોતો નથી. એટલે દરદની પરીક્ષા કરી કયું દરદ છે તેનું ચોક્કસ નિદાન કરવાનું તથા તેના ઉપાયો યોજવાનું ઘણું

મુશ્કેલ લાગે છે. આથી સાદી અને સરળ ભાષામાં દરદરનાં ગામડાંમાં પણ ઘેરઘેરનાં સૌ કોઈ સહેલાઈથી સમજીને થોજી શકે એવા આયુર્વેદના વૈદ્યકીય પ્રયોગોનું આ પુસ્તક પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવે છે.

વ્યાધિ થયા પછી ઉપાય કરવા કરતાં વ્યાધિ ન થાય એવું જ્ઞાન અને જાળવણી જ શ્રેષ્ઠ છે. ખાવાની ઔષધિઓ કરતાં અન્ન, જળ, સ્થળ અને વાયુની યોગ્ય ફેરવદલી; ઉપવાસ, પવિત્રતા, સ્વચ્છતા, માટી, સૂર્યપ્રકાશ, રંગ, વ્યાયામ, સ્નેહન, સ્વેદન, વમન, બસ્તિ, આનાંદ, શાંતિ, સહવિચાર, સત્સંગ, સહગ્રંથ ઇત્યાદિ પથ્ય પ્રકારો અને પદાર્થોનું સેવન; તેમ જ કુપથ્ય આહારવિહારનો ત્યાગ; આ બાબતોને જ અધિક સરળ, સ્વાભાવિક અને ઉપકારક સમજીને દરેક દરદીએ તેના કુદરતી ઉપચારોનું જ સેવન કરવું જોઈએ. વૈદ્યો તેમ જ દાકતરોએ પણ એવી બાબતોને જ ખરેખરી ઉપકારક સમજી તેના પૂર્ણ અભ્યાસ કરવો જોઈએ. તેવા ઉપચારોનો દરદીઓને લાભ આપી આ નવીન જેવા દેખાતા માર્ગમાં, શરૂઆતમાં લોકો ન સમજે તો ધૈર્ય રાખી કાંઈક ખમીને પણ ચલાવી લેવું જોઈએ. આમ કરવાથી જ પરિણામ ધીમેધીમે તેમના પક્ષમાં વળતું જશે અને છેવટે અર્થપ્રાપ્તિ પણ એ ઉત્તમ રસ્તે અધિક થયા વિના રહેશે નહિ. દરદીઓએ પણ આ કુદરતી ઉપચારોનું મહત્ત્વ ધ્યાનમાં લઈ તેના અનુભવવાળા ઉપચારકોની સલાહ અને આશ્રય લેવાં જોઈએ. એ ઉપચારો એવા તો સરળ અને સ્વાભાવિક હોય છે કે જે તેને લગતાં પુસ્તકો અવલોકવાનું રાખ્યું હોય અને તેને અનુસરીને યથાસાધ્ય સામાન્ય જાળવણી પણ રાખી હોય, તો વ્યાધિઓ થવાના ઘણાખરા સંભવો અરધે રસ્તેથી જ નષ્ટ થઈ જાય; તેમ જ ઉપજી ચૂકેલા વ્યાધિઓ પણ એવા એકાદ બે સાદા પ્રકારોના સેવનવડે સહેલાઈથી ટળી જાય.

ખરું જોતાં એવા કુદરતી ઉપચારોને લગતા પુસ્તકની તેમ જ વ્યાધિ થવાનો પ્રસંગ જ ન આવે એવા આહારવિહારો અને

રીતરિવાજોનું જ્ઞાન આપનારા ગ્રંથોની જનસમાજ માટે વાંચી જ આવશ્યકતા છે. યુરોપ-અમેરિકામાં તો એવા ગ્રંથો પુષ્કળ નીકળી ચૂક્યા છે તેમ જ ઉપચારકો પણ હવે ન્યાંત્યાં મળી આવે છે. આપણા દેશમાં એવા ઉપચારકો તેમ જ પુસ્તકો હજી ન જોવાં જ છે.

જે આહારવિહારના પરિણામે શરીરમાં રોગ દાખલ થયો હોય, એ આહારવિહારમાં ફેરફાર કર્યા સિવાય માત્ર દવાઓના રમડા પીવાથી દરદ મટતું નથી. કદાચ 'કોઈવાર મટયું' જણાય તોપણ તે પાછું ફરી દેખાય છે. આમ વિષયકમાંથી છૂટવા માટે આહારવિહારમાં યોગ્ય ફેરફાર કરવો જોઈએ. આ પુસ્તકમાં પણ એ વિષે યોગ્ય દોરવણી આપી છે.

રોગનાં પરિચિત દેશી ઔષધોનો જાહેરો સહેલાઈ અને નિર્ભયતાથી ઉપયોગ ગ્રામજનો કરી શકે છે, એટલી સહેલાઈ અને નિર્ભયતાથી અંગ્રેજી વૈદકને અપનાવી શકતા નથી. આ સત્ય તરફ આખંભિયામણું કરી ગ્રામ્યજનતાનું આરોગ્ય સુધારવાના અંગ્રેજી ઢોળે કરવામાં આવતા પ્રયત્નો કદાચ સફળ નહિ થાય. વળી આપણા ગરીબ દેશને એ ઢોળે આરોગ્યધામે ઊભાં કરવાનું પોષાય એમ નથી. એટલે રોગો વિષે સાચી સમજૂતી આપતા અને બહુ ગૂંચવાંડા કરે એવા વધુ ઉપાયો નહિ, પણ એકાદ એ સાચા તે સચોટ ઉપાયવાળાં આવાં પુસ્તકોનો પ્રચાર તથા અભ્યાસક્રમ ગોઠવવા પાછળ શ્રમ અને ખર્ચ વેઠવામાં આવે, તો જનતાનું આરોગ્ય જાંચું લાવવાની ઉમેદ વધુ અંશે પાર પડશે એમ અમને લાગે છે.

આ પુસ્તકમાં આપેલા પ્રયોગો જનતા સમક્ષ વિનાસકોચે ખુલ્લા મૂકવા માટે વૈદ્યરાજ પ્રભાશંકર નાનભટ્ટનો આભાર માનવામાં આવે છે અને આ પુસ્તકનું લખાણ તૈયાર કરવા માટે જે ઉત્સાહ ને ખંત શ્રી. વિજયશંકર મુનશીએ દાખવ્યાં છે, તે પ્રશંસાપાત્ર છે.

મુંબઈ }  
તા. ૭-૧-૪૬ }

સસ્તું સાહિત્ય સુદ્ધલાલ્ય દ્રશ્ય દ્રશીઓ વતી

મનુ સૂબેદાર (પ્રમુખ)

## પ્રસ્તાવના

આ પુસ્તક રોગની અને દવાની સાદી છતાં સાચી સમજણ લોકોને મળે તે માટે લખ્યું છે, તેથી એમાં શાસ્ત્રની પરિભાષાને બહુ ઓછો ઉપયોગ કર્યો છે. આયુર્વેદ ભણેલા કે ન ભણેલા બધાને એકસરખી રીતે ઉપયોગી થઈ પડે, એ ઉદ્દેશથી આ પુસ્તકને શાસ્ત્રનું સ્વરૂપ ધરાદાપૂર્વક આપ્યું નથી. એક જ રોગના અનેક પ્રકાર હોય છે અને દરેક પ્રકાર માટે જુદાજુદા ઉપાયો પણ હોય છે. જેણે આયુર્વેદનો પદ્ધતિસરનો અભ્યાસ કર્યો ન હોય, તેને તો એ બધા પ્રકાર અને એના જુદાજુદા ઉપાય વાંચીને સરળતા થવાને બદલે મૂઝવણ થાય. માટે રોગનો ગમે તે પ્રકાર હોય તોપણ લાગુ પડે એવા ઉપાય આ પુસ્તકમાં લખ્યા છે. નદીમાં લાખો મણુ પાણી વહે છે પણ આપણને તો આપણી તરસ છીપે એટલું બેચાર ખોખા મળે એટલે બસ.

આ પુસ્તકમાં લખેલા ઉપાયો શાસ્ત્રોક્ત છે છતાં સરળ છે. વળી એ પોથીમાંનાં રિંગણાં જેવા નથી. રાજવૈદ્ય પ્રભાશંકર ગઢડાવાળાએ તથા એમના પિતાશ્રી ‘નાનભટ્ટાપા’એ એ સફળતાપૂર્વક અનેક દરદીઓ પર અજમાવેલા છે, એટલું જ નહિ પણ પ્રસંગ આવ્યે પોતાની જાત પર પણ એ જ ઉપાયો અજમાવેલા છે. મેં કે મારી સલાહ માગનારે પણ જ્યારેજ્યારે આ ઉપાયો અજમાવ્યા છે ત્યારે ત્યારે તે તે રોગમાં ફાયદો થતો અનુભવ્યો છે. એટલે આ પુસ્તકના ઉપાયો અનુભવસિદ્ધ પણ છે.

વળી આ ઉપાયો શાસ્ત્રોક્ત અને અનુભવસિદ્ધ હોવા ઉપરાંત સત્તામતીભરેલા છે. બીજા દેશની આરોગ્યવિદ્યાના કેટલાક ઉપાયો ફાયદા કરતાં નુકસાન વધારે કરે છે, પણ આ પુસ્તકમાં બતાવેલા ઉપાયો નુકસાન કરે એવા નથી. ઈ. સ. ૧૯૨૨ના અરસામાં મારો મેલેરિયા તાવ મટાડવા દાકતરે મને પુષ્કળ ક્વિનાઈન ખવડાવેલું

તેથી હું આખું વર્ષ ગડગૂમડથી હેરાન થયો હતો. આજ અનેક માણસો નાકનું હાડકું ભંગાવે છે તેથી તાત્કાલિક રાહત લાખતી હશે, પણ તેથી નાકનો કુદરતી માર્ગ પહોંતો થઈ જવાથી જોઈએ તે કરતાં વધારે શ્વાસ ફેફસાંમાં જવાથી ફેફસાંને કાયમનું નુકસાન થાય છે અને દમ વગેરે રોગ નવા પેદા થાય છે એ નફામાં. આયુર્વેદના ઉપાયો સલામતીભર્યા છે. નફો લેવા જતાં નુકસાન ન થઈ એસે એ બાબતની આયુર્વેદમાં બહુ સંભાળ રાખેલી છે.

અણુઉતાર મુદ્દતિયો તાવ આવ્યા પહેલાં શરીર ભરાવદાર હોય, પણ તાવ ઊતર્યા પછી શરીર પાછું અસલ જેવું ભરાયું જ ન હોય અને નફામાં બીજા રોગ ઊભા થયા હોય, એવા કેટલાયે કિસ્સાઓ આપણે જોઈ શકીએ છીએ. ઇન્જેક્શન લીધા પછી પાકી ગયાના અને લકવો થઈ ગયાના કિસ્સા પણ ઠીકઠીક દેખાય છે. શીવર(તાવ)માંથી લીવર(કાળજી)ના કેસો પણ ઘણા થાય છે. સાદા તાવમાંથી અણુ-ઉતાર મુદ્દતિયો તાવ, ન્યુમોનિયા, મેનિન્જાઇટિસ વગેરે અનર્થની પરંપરા ઊભી થતી જોવામાં આવે છે. નવા તાવમાં દૂધ પાયા કરવાથી બાળકોને અને મોટાઓને પણ તણાઈ જતા જોઈએ છીએ. મરડામાં અશીણ જેવી ઝાડો રોકનાર દવા અપાયાથી ગોળો, માંદ, સોજા વગેરે ભયંકર દરદો તરફ દરદી ધકેલાય છે. આવા ઘણા દાખલા આપી શકાય એમ છે.

પ્રથમ મુશ્કેલી તો રોગ પારખવાની છે. જે રોગ દરદીને થતાં લક્ષણોપરથી ઓળખી શકાય, તેને ઓળખવા માટે અનેક સાધનોની જાળ પાથરવાનો દ્રાવિડી પ્રાણાયામ કરવામાં આવે છે; છતાં રોગ ઘણુંખરું પરખાતો નથી. ઘણીવાર તો રોગ નક્કી થયા વિના જ અડસદે દવા કરવામાં આવે છે. આટઆટલાં સાધનો છતાં ખરો રોગ પારખી શકાતો નથી, ત્યારે પણ કોઈ વિચારતું નથી કે ખામી ક્યાં છે ?

મારા એક પડોશીને અમદાવાદના એક અતિવિખ્યાત મનાતા

દાકતરે કહ્યું કે તમને કીડનીનું દરદ છે. હું એમને પડોશીને દાવે જોવા ગયો ત્યારે મેં જોયું કે દરદને અને કીડનીને કંઈ સંબંધ જ નહોતો. તેથી મેં વિચારીને કહ્યું કે બાર્ઈ, તમને મરડો છે તેથી કુખે છે. સૂંઠ, હીમજ અને પથ્થ ખોરાક લેવાથી એ બાર્ઈને તદ્દન મટી ગયું.

એક વિદ્યાર્થીને શરદઋતુમાં મેલેરિયા તાવ આવ્યો. દાકતરોની દવા કરી પણ તાવ મઠ્યો નહિ. ઊલટું પેટ ફૂલતું ગયું અને લાકડા જેવું કઠણ થતું ગયું. છેવટે અમદાવાદના એક દવાખાનામાં તે દાખલ થયો. ત્યાં પેટનું દરદ પરખાયું નહિ એટલે દવાખાનાને અંજે ચાલતા મેગેઝિન( છાપા )માં એની છબી મૂકી અને કોઈ એનો રોગ પારખી આપે તો સારું એવી વિનંતિ કરવામાં આવી. દરદીએ કંટાળીને રોગ મઠ્યા વિના જ દવાખાનું છોડ્યું. તાવમાં ખાવાપીવાથી એનું કાળજી ( લીવર ) અને બરલ ( સ્પ્લીન ) વધી ગયાં હતાં અને પાણીની રસોળી ( સીરટ ) થઈ હતી. આફું, હીમજ અને પથ્થ ખોરાકથી તાવ ગયો અને લીવર-બરલ મૂળ હતાં એવાં થઈ ગયાં અને રસોળી પણ મટી ગઈ. દવાખાનામાં સાધનોની ખોટ નહોતી છતાં દાકતરો રોગ ન ઝોળખી શક્યા !

અમદાવાદમાં એક શેઠનાં પત્નીને જળંધર થયું. પાણી કાઢેકાઢે ને પાછું બરાય. એ બહેન દુઃખથી કંટાળી ગયાં. પોતાના કુટુંબના દાકતર( Family Doctor )ને કહ્યું કે હવે મરું તો બલે મરું, પણ જીવું ત્યાંસુધી પાછું પાણી ન બરાય એવું કરો. એમને હસ્પિતાલમાં લઈ ગયા. ત્યાં દાકતરોએ પેટ ચીકું. એકે કહ્યું કે બરલ કાપવી પડશે. બીજાએ કહ્યું કે બરલ કાપ્યા પછી દરદી જીવશે ખરાં ? એટલે કુટુંબના દાકતરે કહ્યું કે દરદીને હવે જીવવાનો આગ્રહ નથી. પણ બરલ કાપ્યા પછી જીવે ત્યાંસુધી પેટમાં પાણી નહિ બરાય એવી ખાતરી આપશે ? કોઈએ એવી ખાતરી આપી નહિ. તેથી પેટે પાછા ટાંકા દઈ દીધા અને દરદીને ઘેર

લાવ્યા. પછી પાણી ભરાવા માંડ્યું અને ટાંકા તૂટવા માંડ્યા. એટલામાં દરદીના સગાને કોઈએ વૈદરાજ પ્રભાશંકર ગઢાવાળાનું નામ સૂચવ્યું. વૈદરાજ ગયા. કુટુંબના દાકતરને પેટમાં પાણી સી રીતે ભરાય છે તે સમજાવ્યું. શું કરવાથી ભરાયેલું પાણી ઓછું થતું જાય અને નવું ભરાતું અટકે તે સમજાવ્યું. દાકતર ખુશી થયા. વૈદરાજની સૂચના પ્રમાણે ચાલવાથી જળધર મટ્યું.

એક વાર્તા છે કે એક માંદી સ્ત્રીના શરીરપરથી માંખિા ઉડાડવા એક નોકરને બેસાડ્યો. દરદીની છાતી પર માંખિા બેઠી કે તરત નોકરે છાતી પર ઘોઠા માર્યો, તેથી માંખિા તો ઊડી ગઈ પણ સાથે દરદીનો જીવ પણ ગયો ! આમ રોગના ઉપાય કરવામાં પણ દરદીનું શું થશે તેનો કેટલીકવાર બહુ વિચાર કરવામાં આવતો નથી. ધણીવાર દરદી ઉપર એ નોકર જેવા ઉપાય અજમાવવામાં આવે છે.

મારા એક સ્નેહીનાં ત્રણ છોકરાંને એકસાથે અણુકિતાર તાવ આવ્યો. દાકતરે ક્વિનાઈન આપ્યા કહ્યું. તાવ અમુક અઠવાડિયે ગિતર્યો પણ તાવ ગિતર્યો પછી કેટલેક વખતે ત્રણે બાળકોને સખત કોહવાટ થયો. ક્વિનાઈનની ગરમીનું આ પરિણામ હતું. દાકતરે કોહની દવા શરૂ કરી. બે છોકરાંને સાંબે ગાળે કોહ મચ્યો પણ એક છોકરી તો કોહથી મરી ગઈ !

અમદાવાદમાં ખાડિયામાં એક દરદીને તાવમાં ક્વિનાઈન આપ્યા કરવાથી તાવ ગિતર્યો પછી માથામાં સતત સણકા ચાલુ થયા. પછી કેટલેક વખતે દાકતરની દવા શરૂ કરી. દાકતરે સણકાનું કારણ સમજી શક્યા નહિ તેથી સણકા મટાડી શક્યા નહિ. એટલે એક વિખ્યાત મનાતા દાકતરે સલાહ આપી, કે તમારે અમેરિકા જવું પડશે. દરમિયાન કોઈએ વૈદરાજ પ્રભાશંકર ગઢાવાળાને દેખાડી જેવાની સલાહ આપી. વૈદરાજે, વાપરેલા પોસ્ટકાર્ડની અણીદાર ભૂંજળી બનાવી નસકેરામાં યોગ્ય જગાએ અણી ગોઠવી મુઠ્ઠી મારી પુષ્કળ સહેલું લોહી કાઢ્યું અને દરદીને જીવ ટકા

રાહત તો તે જ વખતે થઈ, પછી દવા કરવાથી એને પૂરો આરામ થયો.

જો રોગ પરખાય અને ઉપાય લાગુ પડી જાય તો પથ્યા-પથ્યના સાચા ખ્યાલને અભાવે પણ દરદીઓ ખૂબ રગડાય છે.

એક વહોરા સજ્જનના પગનો અંગૂઠો પાક્યો. એમને ખાનગી દવાખાનામાં દાખલ કરાવ્યા. ત્યાં તો ખાવાપીવાની સંપૂર્ણ છૂટ હતી. અંગૂઠો તો ન રુઝાયો પણ ઠેઠ ઢીંચણ સુધી કદમ વિસર્પ (Moist gangrene) થઈ ગયો અને અંતે દરદી મરી ગયો.

અમદાવાદની એક સાર્વજનિક ઇસ્પિતાલમાં મારા એક સ્નેહીને દાખલ કરાવ્યા. એમને તાવ આશરે ૯૮.૪ થયો એટલે દવાખાનાનો ચાલુ ખોરાક લેવાની છૂટ મળી. ખોરાક લેવા માંજો અને દરદી એકદમ ઠંડો ને બેભાન થઈ ગયો. દાકતરો ગભરાયા. દરદીના મરણ પહેલાં જો તૈયારીઓ થાય તે થવા માંડી. સાથેસાથે ઈન્નેક્શન માયુઁ. બપોરથી બેભાન બનેલા દરદીને પરોઢમાં ચાર વાગે તાવ ચઢ્યો. મારી સૂચનાથી એમણે ઇસ્પિતાલનો ખોરાક ન લીધો. તાવ ઊતર્યા પછી ‘માંદગીમાં ઉપવાસ’ નામની પુસ્તિકામાં આપેલા ક્રમથી ખોરાક લેવા માંજો અને એ બચી ગયો.

એ જ અરસામાં બરાબર એવો જ કિસ્સો એક ખ્રિસ્તી છોકરાની બાળતમાં એમની સામેની હારના ખાટલામાં બન્યો. તાવ ઊતર્યા પછી એકદમ રોજનો ચાલુ ખોરાક લેવાથી એ પણ મરણને આરે પહોંચ્યો. એની આસપાસ ખ્રિસ્તીધર્મના પાદરીઓ પાઠ કરવા બેસી ગયા. પણ પાછો તાવ ચઢી આવ્યો અને તાવ ઊતર્યા પછી મારી સૂચનાથી એણે યોગ્ય ક્રમમાં માપસર ખોરાક લીધો અને એ બચી ગયો.

દાકતરી વિદ્યાનાં અનેક સાધનો અને શોધો છતાં આવું રોજ-રોજ થતું જોવામાં આવે છે.



હમણાં બાળકોને થતા લકવા (Infantile paralysis) માટે કુમરાણુ મચાવવામાં આવે છે. એ માટે હસ્પિતાલો કાઢવા પાછળ લાખો રૂપિયા ખર્ચાય છે; છતાં બાળકોમાં લકવાનું પ્રમાણ કેમ વધતું જાય છે તેનો વિચાર કરવાની જરૂર કોઈને જણાતી નથી, એ આ જમાનાનું મોટું આશ્ચર્ય છે. ૧૯૪૮ના માર્ચ મહિનાના અરસામાં મેં એવા બે કિસ્સા જોયા છે કે જેમાં બાળકોને ખોટી જગાએ ઇન્જેક્શન વાગવાથી લકવો થઈ ગયો હતો. આ ઉપરાંત બાળકોનાં બીજાં દરદોમાં અવળી ચિકિત્સા થવાથી પણ પાછળથી બાળકોને લકવા થઈ જાય છે. એક રોગ પછી બીજો રોગ કેમ થાય છે તેનો વિચાર કરવા જેટલું આપણું મનન જ નથી. પરિણામે ચિકિત્સકોની ભૂલને લીધે દંડ તો દરદીને જ ભોગવવો પડે છે.

ડી. બી.ની બાળકમાં પણ આવું જ બને છે. એનું સાચું કારણ સમજ્યા સિવાય કરવામાં આવતી અવળી ચિકિત્સાને લીધે એ રોગને ઘણીવાર બચકર બનાવી મૂકવામાં આવે છે.

આમ મૂળ રોગની અવળી ચિકિત્સાથી બીજા રોગ થાય, એ બીજા રોગની વળી અવળી ચિકિત્સા થાય અને તેથી વળી ત્રીજા રોગ થાય; એ આંધળા કૂંગામાંથી આપણે બહાર નહિ ફૂટી પડીએ તો આપણે અવળી ઘાણીએ પિલાયા જ કરીશું.

ઉપવાસથી બચકર દરદો પણ સરળતાથી મટે છે એ વાત આયુર્વેદમાં જતાવી છે. તેની પ્રણાલિકા તૂટી જવાથી આપણા વૈદ્યો એનો આશરો લેવાનો પ્રયત્ન કરતા નથી. ખરી વાત તો એ છે કે વૈદ્યો તૈયાર કરવાની કોઈ શાસ્ત્રીય શાળા-કોલેજ નથી. તેમ આપણા વૈદ્યો પણ મહાત્માજી કહેતા હતા તેમ પ્રમાદી ને આળસુ છે. આયુર્વેદના ગ્રંથોનું વાચન, મનન અને અનુશીલન કરવાની ફરજ તેઓ સમજતા થાય તો જનતાની તેઓ ભારે સેવા કરી શકે એમ છે.

આ બધું વાંચ્યા પછી આપણે સમજી શકીશું કે રોગ મટાડવા માટે પ્રથમ રોગનું 'ખરું' નિદાન (Diagnosis) થવું જોઈએ, પછી ખરી ચિકિત્સા (ઉપાય) થવી જોઈએ અને પછી ચિકિત્સાને અંગે શાસ્ત્રોક્ત પરેજ પળાવી જોઈએ. આટલું થાય તો રોગડાવું ન પડે. રોગ શાંતી થયો છે તેની જોને સાચી સમજણ હોય, તેજ સાચી ચિકિત્સા કરી શકે અને સાચી પરેજ દેખાડી શકે.

અમે તે રોગ હોય તોપણ સૌથી પહેલાં એ સામ છે કે નિરામ તેનો નિર્ણય કરી લેવો જોઈએ. જો રોગ સામ હોય તો આગસ આવે છે, સુસ્તી (ધેન) રહે છે, હૃદયમાં આમવાળો અશુદ્ધ રસ આવવાથી હૃદયના ચડકારા વધી જાય છે; વાત, પિત્ત અને ક્ષ્મ નીકળવા જોઈએ તેટલા પ્રમાણમાં નીકળતાં નથી; ઝાડો, પેશાબ નથા વાછૂટ બહુ જ થાય છે કે તદ્દન 'બંધ' થઈ જાય છે, પેદું ભારે થઈ જાય છે, ખાણુંપીણું ભાવતું નથી અને શરીર સજ્જત થઈ જાય છે.

જો રોગ સામ હોય તો નિરામ થતા મુધી ઉપવાસ કરવા. પછી જે ખોરાક રોગ માટે પથ્ય હોય તેનું નીતયું આસામણ વગેરે ક્રમથી માફકસર આગળ વધવું. ઉપવાસ છોડ્યા પછી બેચાર દિવસ માપસર અને માફકસર ખોરાક પેટમાં જાય, ત્યારપછી દવાનો સમય શરૂ થાય છે.

વાગ્બટના અષ્ટાંગહૃદયના ચિકિત્સાસ્થાનના પહેલા અધ્યાયમાં જે તાવ (જ્વર) વિષે લખ્યું છે, તે બંધા રોગની સામ અવસ્થાને લાગુ પડે છે. 'જ્વર' એ 'રોગ'નો પર્યાય શબ્દ છે.

**રોમઃ પાપ્મા જ્વરો વ્યાધિર્વિકારો દુઃસ્વપ્નામયઃ ।**

**યક્ષ્માતઃકૃગદાબાઘાઃ શબ્દાઃ પર્યાયવાચિનઃ ॥ ૧ ॥**

(અષ્ટાંગહૃદય, નિદાનસ્થાન, અધ્યાય ૧, શ્લોક ૧)

**આમેન મસ્મેનેવાગ્નૌ છન્નેઽન્નં ન વિપચ્યતે ।**

**તસ્માદાદોષપચનાઞ્જવરિતાનુપવાસયેત્ ॥ ૧૦ ॥**

અર્થાત્ જોમ દેવતા પર રાખ વળી (છવાઈ) જાય, ત્યારે

અનાજ રંધાતું (પાકતું) નથી તેમ 'આમ'થી જઠરાગ્નિ હવાઈ જાય છે ત્યારે પણ અન્નરસ પચતો નથી. માટે ન્યાંસુધી દોષ પાકે નહિ એટલે ન્યાંસુધી દોષમાંનો આમ પાકી ન જાય ત્યાંસુધી તાવવાળાને નકારડા ઉપવાસ કરાવવા.

(ત્યજેત્) સ્નાનાભ્યક્તપ્રદેહાંશ્ચ પરિશેષં ચ લક્ષ્ણમ્ । ૧૭ ।

અર્થાત્ (તાવમાં) નાહવું નહિ, તેજ ચોળવું નહિ, લેપ કરવા નહિ અને ઉપવાસ સિવાયનાં જીર્ણ નવ પ્રકારનાં લંઘન કરવાં નહિ. એટલે ઝાડો કરાવવાની, ઊલટી કરાવવાની, એનિમા આપવાની વગેરેની પણ મનાઈ કરવામાં આવી છે.

અજીર્ણં હવ શૂલઘ્નં સામે તીવ્રરુજિ જ્વરે ।

ન પિષેદૌષઘ્નં તદ્દિ મૂયં પવામમાહરેત્ ॥ ૧૮ ॥

અર્થાત્ જેમ અજીર્ણ સામ હોય ત્યારે ગમે તેટલી તીવ્ર પીડા થતી હોય, તેપણુ શૂળ મટાડે એવી દવા ન પીવી જોઈએ, તેમ તાવ સામ હોય ત્યારે ગમે તેટલી પીડા થતી હોય છતાં પણ દવા ન પીવી જોઈએ; કારણકે દવા આમમાં વધારો કરે છે.

નવજ્વરે મલસ્તમ્ભાત્ કષાયો વિષમજ્વરમ્ ।

કુરુતેઽરુચિહૃલ્લાસહિભ્રાધ્માનાદિકાનપિ ॥ ૧૯ ॥

અર્થાત્ નવા (તરુણ) તાવમાં કષાય (ક્વાથ) દોષોનું સ્તંભન કરે છે, તેથી વિષમજ્વર (મેલેરિયા), અરુચિ, ઊંઘડા, હેઝડી, આફરો વગેરે રોગ થાય છે.

પાયયેદ્દોષહરણં મોહાદામજ્વરે તુ યઃ ।

પ્રસુતં કૃષ્ણસર્પે સ કરામેણ પરામૃશેત્ ॥ ૨૦ ॥

અર્થાત્ (પણુ) જે આમજ્વરમાં (તાવની સામ અવસ્થામાં) વાત, પિત્ત અને કફરૂપી દોષોને બહાર કાઢવાની દવા પાય છે, તે બરબંધમાં પડેલા કાળીનાગને આંખળાથી છંછેડે છે. (આ રીતે તાવની સામ અવસ્થામાં ઊલટી કરાવવાની, જીલાળ આપવાની કે એનિમા આપવાની સાફ મનાઈ કરવામાં આવી છે; માટે જ ટીકાકાર

લખે છે : ‘ આમજ્વરે શોધનં નિષેધયતિ ।’ એટલે આમજ્વરમાં શોધનની મનાઈ કરે છે. )

જે તાવની સામ અવસ્થામાં કરવાનું છે તેજ બીજા રોગો સામ હોય ત્યાંસુધી કરવું જોઈએ. માટે રોગ નિરામ થયા પછી પાચન, દીપન, શોધન વગેરે ઔષધો યોગ્ય ક્રમમાં શરૂ કરવાં.

દવા આપવાનો સમય આવે ત્યારે દવાનો ક્રમ નીચે પ્રમાણે છે :  
**પ્રાક્ પાચનં સ્નેહવિધિસ્તતશ્ચ સ્વેદસ્ત : સ્યાદ્દમનં વિરેક :**  
**નિરૂહણાન્વાસનવસ્તિકર્મ નસ્યં ક્રમશ્ચેતિ ભિષગ્વરાણામ્ ॥**

અર્થાત્ પહેલું પાચન, પછી સ્નેહન, શેદ, ઊલટીઓ કરાવવી, જીલ્લાય આપવા, નિરૂહ, અનુવાસન અસ્તિ, છેદલું નસ્ય : એ ક્રિતમ પૈછોનો ક્રમ છે.

હરડે ( હીમજ ) પાચન, દીપન છે. વળી તે અનુલોમિની હોવાથી ઊલટીઓ કરાવી કોપેલા કફને બહાર કાઢી શકે છે, જીલ્લાય કરાવી કોપેલા પિત્તને બહાર કાઢી શકે છે અને વાહ્લટ દ્વારા કોપેલા વાયુને પણ બહાર કાઢી શકે છે. આમ એક હીમજનું સેવન પાચન, વમન, વિરેચન અને અસ્તિની ગરજ સારે છે. તેથી ઘણાખરા રોગોમાં હીમજનું સેવન યોગ્ય સમયે કરવાનું લખ્યું છે.

રોગ મટાડવાનું ખરું સાધન દવા નહિ પણ પરેજ છે. આયુર્વેદે તો કહેતાં કદી થાકતો જ નથી કે પરેજ પાળનારને વગરદવાએ રોગ મટી શકે છે અને પરેજ ન પાળનારને સેંકડો દવાઓ પીવા છતાં રોગ મટતો નથી.

**ચિનાડપિ શ્લેષજં વ્યાધિઃ પથ્યાદેવ નિવર્તેત ।**

**ન તુ પથ્યવિહીનસ્ય શ્લેષજાનાં શતૈરપિ ॥**

પણ આ પરેજ શાસ્ત્રોક્ત હોવી જોઈએ. વૈદ્યદાકારોએ માંદની ઉપજાવી કાઢેલી પરેજ કામ ન લાગે. કવિ વિશ્વનાથના પથ્યાપથ્યમ્ નામના પુસ્તકમાં દરેક રોગ પર શું પથ્ય છે અને શું અપથ્ય છે તે વિગતવાર આપ્યું છે.

રોગમાં દવા લેતી વખતે નીચેની બાબતોનો ખ્યાલ રાખવો જોઈએ. આ પુસ્તકમાં જે માપ આપ્યાં છે તે ઉંમરલાયક માણસોને માટે છે. તેથી બાળકો તથા બહુ ઘરડા માણસોને દવા ઓછી આપવી.

**માત્રાયા નાસ્ત્યવસ્થાનં, દોષમર્મિં વર્લં વયઃ ।**

**વ્યાધિં દ્રવ્યં ચ કોષ્ટં ચ વીક્ષ્ય માત્રાં પ્રયોજયેત્ ॥**

અર્થાત્ માપ એકસરખું હોઈ શકે નહિ. (માટે) કયા દોષને લીધે રોગ થયો છે, દરદીનો જઠરાગ્નિ કેવો છે, રોગનું અને રોગીનું બળ કેવું છે, રોગની અને રોગીની ઉંમર કેટલી છે, રોગ શો છે, દવા પોતે કેવી છે અને રોગીનો કોઠો કેવો છે; એ બધી બાબતોનો વિચાર કરી દવાનું માપ નક્કી કરવું જોઈએ.

રોગ નરમ પડે કે દેખાતો બંધ થાય એટલે આપણે દવા અને પરેજ છોડી દઈએ છીએ તે બરાબર નથી. જે દવા અને પરેજથી આપણને રોગરોગ ફાયદો થતો જાય, તે દવા અને પરેજ આપણે તદ્દન રોગમુક્ત બની ફરી પાછા બળવાન થઈએ નહિ, ત્યાંસુધી ચાલુ રાખવાં જોઈએ. નહિ તો બિચારો ખાવાનો કે ખીજા ઉપદ્રવો ઊભા થવાનો પૂરો સંભવ છે. કોપેલા દોષો શાંત થાય એટલે રોગ મધ્યો હોય એમ લાગે છે, પણ પરેજ છોડીને વળી આપણે એ દોષો ફરી કોપાવીએ અને શરીરનું શોધન ન કરી શાંત થયેલા દોષોને ફરી પાછા લીલા થઈ કોપવાની તક આપીએ, તો રોગ બિચારો ખાય એ સ્વાભાવિક છે.

**પક્ષોઽપિ હિ વિકુર્વીત દોષઃ કોષ્ટે કૃતાસ્પદઃ ।**

અર્થાત્ પાકી ગયેલો દોષ પણ જો કોઠામાં પહોં રહે તો તે વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે.

વળી રોગ થાય કે તરત જ સાચા ઉપાય કરવા માંડવા અને શાસ્ત્રોક્ત પરેજ પાળવી. નહિ તો રોગ શરીરમાં ઘર કરી રહેશે અને એવો શ્દ (જૂનો) થઈ ગયેલો રોગ મહામહેનતે મટશે અને કેટલીકવાર તો મટશે પણ નહિ. અર્બુદ (કેન્સર) જેવા કેટલાક રોગ

સ્વભાવે અસાધ્ય હોય છે, તેથી સાચા ઉપાય કરવાથી રાહત રહે પણ કાયમ માટે મટી શકે નહિ. ઘણા રોગો સ્વભાવે મુસાધ્ય એટલે સહેલાઈથી મટી શકે એવા હોય છે. તેમને આપણે ખોટા ઉપાય, કુપથ્ય કે રોગ તરફ બેપરવાઈ રાખીને કષ્ટસાધ્ય એટલે મુશ્કેલીથી મટે એવા બનાવી દઈએ છીએ, કેટલીકવાર તો તેમને અસાધ્ય પણ બનાવી મૂકીએ છીએ; માટે રોગ થાય કે તરત આયુર્વેદ પ્રમાણે ઉપાય કરવા માંડવા. રોગ એક વરસનો થાય એટલે અસાધ્ય થઈ જાય છે. માટે દવા કરતી વખતે પણ શુદ્ધિનાં બારણાં ખુલ્લાં રાખવાં અને ઉત્તરોત્તર ફાયદો થતો ન લાગે તો લીધેલો ખોટો રસ્તો છોડી ખરે રસ્તે જવાની હિંમત કરવી.

આ પુસ્તકમાં રોગના અનુભવના શુદ્ધાશુદ્ધ રોગોના ઉપાય આપ્યા છે. રોગ વાયુથી થયો હોય, પિત્તથી થયો હોય, કફથી થયો હોય, બે દોષ(કંઠ, સંસર્ગ)થી થયો હોય કે ત્રણે દોષ(ત્રિદોષ)થી થયો હોય તોપણ લાગુ પડે એવા સામાન્ય ઉપાય આપ્યા છે.

ઘણીવાર એક કરતાં વધારે રોગ એકસાથે થયેલા દેખાય છે. આને વ્યાધિસંકર કહેવામાં આવે છે. આવી સ્થિતિમાં કેટલીકવાર એવું બને છે કે એકસાથે થયેલા રોગોના ઉપાય પરસ્પર વિરુદ્ધ હોવાથી એક રોગ મટાડવા જતાં બીજો વધે છે. દાખલા તરીકે કોઈને તાવ અને ઝાડાના રોગ સાથે થયેલા જણાય, સારે દવાથી તાવ મટાડવા જતાં ઝાડા વધી જાય છે અને ઝાડા મટાડવા (રોકવા) જતાં તાવ વધી જાય છે. કોઈ બહેનને દમ અને લોહીવા એકસાથે થયાં હોય ત્યારે લોહીવા મટાડવા ઠંડા ઉપચાર કરવા જતાં દમ વધી જાય છે અને દમ મટાડવા ગરમ ઉપાય કરવા જતાં લોહીવા વધી પડે છે.

આવી સ્થિતિમાં—વ્યાધિસંકરમાં શું કરવું તે બાબતમાં મૂંઝવણ ન થાય તે માટે નીચેની સૂચનાઓ ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે :

સામાન્ય રીતે ઉપવાસ એ ઘણાખરા રોગો માટે રાખાણું ઉપાય છે. તેથી જે રોગમાં ઉપવાસની મના ન હોય તેવા રોગ

એકસાથે થાય તો ઉપવાસથી એ બધા રોગોમાં ફાયદો થાય છે. ઉપવાસની ચાવી ઘણાખરા રોગોને લાગુ પડી જાય છે.

આયુર્વેદમાં એક રોગ માટે અનેક દવાઓ લખી છે. એટલે ઉપવાસ પછી દવા આપવાનો સમય આવે ત્યારે એમાંથી એવી દવા પસંદ કરવી કે જે સાથે થયેલા બીજા રોગને પણ લાગુ પડે. આને માટે વનસ્પતિના ગુણદોષનું જ્ઞાન જરૂરી છે. એટલે સામાન્ય માણસ આટલો સૂક્ષ્મ વિચાર કરી શકે નહિ, પણ ઉપવાસયોગ્ય રોગો સાથે થાય ત્યારે ઉપવાસ તો જરૂર કરી શકે. ઉપવાસથી દોષો શાંત થાય અને રોગ મટે પછી યોગ્ય શોધન કરી પાકેલા દોષો ગરીરની બહાર કાઢવાથી અને સાથે થયેલા રોગો માટેની સામાન્ય પરજ પાળવાથી બધા રોગો મટી જશે.

વળી સાથે થયેલા જણાતા એ રોગના ઉપાય પરસ્પર વિરુદ્ધ હોય ત્યારે મૂળ રોગના ઉપાય પહેલાં કરવા અને ઉપદ્રવના ઉપાય પછી કરવા. સામાન્ય રીતે મૂળ રોગ મટતાં ઉપદ્રવો આપોઆપ મટી જાય છે, પણ જ્યારે ઉપદ્રવ ઉગ્ર સ્વરૂપ પકડે અને ઉપદ્રવને લીધે જિંદગી જોખમમાં આવી પડતી જણાય ત્યારે પહેલાં ઉપદ્રવના ઉપાય કરવા જોઈએ. આ બધું છતાં ઉપવાસ ઘણાખરા રોગોનો રામબાણુ ઇલાજ છે એ યાદ રાખવું જરૂરી છે.

આ પુસ્તકનો ઉપયોગ સુગમતાથી કરી શકાય એ માટે (સામાન્ય) ‘અનુક્રમ’, ‘અકારાદિ અનુક્રમ’, ‘પૂરવણી’ અને ‘અગત્યની સૂચનાઓ’ આ પછીનાં પાનાંમાં આપવામાં આવી છે; તે તરફ વાંચકબંધુઓનું ખાસ ધ્યાન દોરવામાં આવે છે.

અંતમાં આ પુસ્તક લોકોને પોતાનું સુમાવેલું આરોગ્ય પાછું મેળવવામાં ઉપયોગી થઈ પડે એવું ઇચ્છું છું.

અમદાવાદ  
સં. ૨૦૦૫, પોષ સુદ ૧

વિજયશંકર ધનશંકર મુનશી

## અ નુ ક્ર મ

ક્રમ	વિષય	પૃષ્ઠ
૧	જ્વર-તાવ ( Fever ) ... ..	૧
૨	અતિસાર-ઝાડા ( Diarrhoea ) ... ..	૧૦
૩	પ્રવાહિકા-મરડો ( Dysentery, Mucous Colitis )	૧૧
૪	મુહણી-સંઘ્રહણી ( Sprue )... ..	૧૩
૫	અર્શ-હરસ ( Piles ) ... ..	૧૫
૬	અજીર્ણ-અજરણ ( Indigestion, Dyspepsia )	૧૭
૭	કૃમિરોગ-કરમિયા ( Worms ) ... ..	૨૧
૮	પાંકુ-લોહી ઓછું થવું ( Anaemia ) ... ..	૨૨
૯	કામલા-કમળો-પીળિયો ( Jaundice ) ... ..	૨૩
૧૦	હલીમક ... ..	૨૪
૧૧	રક્તપિત્ત ( Haemorrhage ) ... ..	૨૫
૧૨	રાજ્યક્ષમા-ક્ષય ( Consumption, Phthisis )...	૨૭
૧૩	કાસ-ઉધરસ ( Cough ) ... ..	૨૯
૧૪	હિક્કા-હેડકી ( Hiccough )... ..	૩૦
૧૫	શ્વાસ-દમ ( Asthma ) ... ..	૩૧
૧૬	સ્વરબેદ ( Hoarseness of Voice ) ... ..	૩૨
૧૭	અરુચિ ( Loss of Appetite, Anorexia ) ... ..	૩૩
૧૮	છર્દિ-ઊલટી, હૃદ્વાસ-ઊખકા ( Vomits, Dry Vomits )	૩૨
૧૯	તૃષ્ણા-તરસનો રોગ ( Thirst ) ... ..	૩૨
૨૦	મુચ્છા-એભાની, તાણ, તંદા ( Cyncope, Hysteria, Coma ) ... ..	૩૩
૨૧	મદાત્મ્ય-દારૂ વધારે પીવાથી થતા રોગ ( Alcoholism )	૩૪
૨૨	દાહ-ખળતરા ... ..	૩૫
૨૩	ઉમાદ-માંડપણ ( Insanity, Lunacy ) ... ..	૩૬
૨૪	અપરમાર-વાઈ ( Epilepsy ) ... ..	૩૭
૨૫	વાતવ્યાધિ-વાયુના રોગો ... ..	૩૮
૨૬	વાતરક્તા-પત ( Leprosy ) ... ..	૪૦
૨૭	ઊરુસ્તંભ-એ સાથળનું રહી જવું ( Paraplegia )	૪૨



૨૮	આમવાત-સંધિવા-ગાંઠિયો વા ( Rheumatism )	૪૩
૨૯	શ્વેતરોગ-સણકા ( Neuralgia ) ... ..	૪૪
૩૦	ઉદાવર્ત-શરીરના વેગમાંથી કાઢી પછી વેગને રોકવાથી કે પરાણે કાઢવાથી થતા રોગ ... ..	૪૫
૩૧	ગુદમ-ગોળો ચડવો, આનાહ-નીચલા ચડવા પેદામાં પવનનો ભરાવો, આધ્માન-પેદાનો આદરો ( વાયુના ગડગડાટ સાથેનો ) અને આટોપ-પેટ તથા પેદાનો સાથે આદરો	૪૬
૩૨	હૃદયરોગ-હૃદયના રોગ ( Heart disease ) ...	૫૧
૩૩	મૂત્રકૃચ્છ્ર-ટીપેટીપે પેશાબ આવવો ... ..	૫૨
૩૪	મૂત્રઘાત-મૂત્ર અને નહિ અને પેશાબની જગ્યાએ મળતરા થાય ( Anuria ) ... ..	૫૩
૩૫	અસ્થિ-પથરી ( Stone ) ... ..	૫૫
૩૬	મેહ-પ્રમેહ-ડહોળા પેશાબના વીસ જાતના રોગ ( Diseases of Urine ) ... ..	૫૬
૩૭	કાશ્ય-કૃશતા-દૂબળાપણું ( Emaciation ) ...	૫૯
૩૮	મેદોદૃઢિ-ચરબી વધવી ( Obesity ) ... ..	”
૩૯	ઉદરરોગ-પ્લીહોદર ( Enlargement of the Spleen ) ચક્રાદિદુર, બહુચક્રાદિ, પરિસ્થાવ્યુદર, જળધર	૬૦
૪૦	શોથ-સોજા ( પાણીના ) ... ..	૬૩
૪૧	વૃદ્ધિ-વધરાવણ ( Scrotal Enlargement ) ...	૬૭
૪૨	ગલગંડ ( Goitre )... ..	૬૯
૪૩	અપચી, ગંડમાળ-કંઠમાળ ( Scrofula ) ...	૭૦
૪૪	અંચિ-રસોળી ( Tumour ) ... ..	૭૨
૪૫	અચ્છિદ્ર-ઝેરી રસોળી ( Cancer ) ... ..	૭૩
૪૬	શ્લીપદ-હાથીપગ ( Elephantiasis )... ..	૭૪
૪૭	વિદ્રધિ-ગડ ( Abscess ) ... ..	૭૬
૪૮	પ્રણીપ્રણ-શરીરપ્રણ ( Inflammation ), આગંતુક- પ્રણ અથવા સહીપ્રણ ( Traumatic Wound )	૮૦
૪૯	ભ્રમ ( Fracture, Dislocation, Sprain ) ...	૮૫
૫૦	નાડીપ્રણ-ભરનીમળ ગૂંમડું ( Fistula, Sinus )	૮૮

૫૧	મગંદર (Fistula)	...	...	...	૯૦
૫૨	ઉપદંશ-ચાંદી (Syphilis), પુ'મેહ-પરમિયો-સુખક (Gonorrhoea)	...	...	...	૯૨
૫૩	શુક્રરોગ-શુક્રદોષ	...	...	...	૯૫
૫૪	કુષ્ઠ-ચામડીના રોગ (Skin-diseases)	...	...	...	૯૬
૫૫	શીતપિત્ત-શીળસ (Urticaria)-ઉદર્દ: ક્રોઠ	...	...	...	૧૦૦
૫૬	અમ્લપિત્ત-(ખાટું પિત્ત)	...	...	...	૧૦૧
૫૭	વિસર્પ-રતવા (Erysipelas)	...	...	...	૧૦૩
૫૮	વિરેદાટક-મસૂરિકા (શીતળા, બળિયા, ખાતા-Small- pox, Cow-pox) રોમાન્તી-ઓરી (Measles, Chicken-pox)	...	...	...	૧૦૫
૫૯	શુદ્ધરોગ	...	...	...	૧૦૬
૬૦	મુખ તથા કંઠના રોગ	...	...	...	૧૧૦
૬૧	કર્ણરોગ-કાનના રોગ	...	...	...	૧૧૩
૬૨	નાકના રોગ	...	...	...	૧૧૫
૬૩	આંખના રોગ	...	...	...	૧૧૭
૬૪	માથાના રોગ	...	...	...	૧૨૯
૬૫	સ્ત્રીરોગ	...	...	...	૧૩૧
૬૬	યોનિવ્યાપદ-યોનિના રોગ	...	...	...	૧૩૪
૬૭	યોનિકંઠ (Vaginal polypus)	...	...	...	૧૩૭
૬૮	મૂઢગર્ભ (Difficult labour)	...	...	...	”
૬૯	સૂતિકારોગ-સુવારોગ	...	...	...	૧૩૯
૭૦	સ્તનરોગ (Mastitis)	...	...	...	૧૪૦
૭૧	સ્તન્યરોગ	...	...	...	૧૪૧
૭૨	સોમરોગ	...	...	...	૧૪૨
૭૩	ખાલરોગ	...	...	...	૧૪૫
૭૪	વિષ-ઝેર	...	...	...	૧૪૬
૭૫	ફિરંગ	...	...	...	૧૪૭
૭૬	સ્નાયુક-વાળો	...	...	...	૧૪૮
૭૭	દગ્ધ-દાઝવું	...	...	...	”

## અકારાદિ સૂચિ

અકસ્માતથી થયેલી ઇનિ ૮૦,૮૫,			
	૧૪૮		
અમિદગ્ધ ... ..	૧૪૮		
અમિમાન્દ ... ..	૧૭		
અમિરોહિણી ... ..	૧૦૭		
અગ્નિ ... ..	૧૭		
અટકાવન આવે તો : અટકાવના			
રોગ ... ..	૧૩૧, ૧૪૩		
અતિસાર ... ..	૧૦		
અપચી ... ..	૭૦		
અપરમાર ... ..	૩૭		
અંત્રવૃદ્ધિ ... ..	૬૭		
અંત્રાલ્પ ... ..	૧૦૬		
અમ્લપિત્ત ... ..	૧૦૧		
અરુચિ ... ..	૩૦		
અરુપિકા ... ..	૧૦૭		
અર્ધાવભેદ ... ..	૧૨૯		
અર્ધ ... ..	૭૩		
અર્શ ... ..	૧૫		
અલસક ... ..	૨૦, ૧૦૭		
અવપાટિકા ... ..	૧૦૮		
અવાજ બેસી જવો કે			
અંધ થઈ જવો ... ..	૨૯		
અશ્મરી ... ..	૫૫		
અહિપૂતન ... ..	૧૦૮		
આગંતુકપ્રણુ ... ..	૮૦		

આટોપ ... ..	૪૯		
આધાશીશી ... ..	૧૨૯		
આધમાન ... ..	૪૯		
આનાહ ... ..	૪૯		
આક્રે ... ..	૪૯		
આમવાત ... ..	૪૩		
આંખના રોગ ... ..	૧૧૭		
આંટણુ (કદર) ... ..	૧૦૭		
આંખોઈ નીકળવી ... ..	૧૦૮		
આર્તવના રોગ ... ..	૧૩૧, ૧૪૩		
ઘંદ્રલુપ્ત (ઝંદરી) ... ..	૧૦૭		
ઘંદ્રવિક્ષા ... ..	૧૦૬		
ઘં રિવેક્ષિકા ... ..	૧૦૭		
ઉદરરોગ ... ..	૬૦		
ઉદ્દ ... ..	૧૦૦		
ઉદાવર્ત ... ..	૪૫		
ઉધરસ ... ..	૨૯		
ઉનવા ... ..	૫૩		
ઉન્માદ ... ..	૩૫		
ઉપદંશ ... ..	૯૨		
ઝખકા ... ..	૩૨		
ઝરુસ્તંભ ... ..	૪૨		
ઝરઃક્ષત ... ..	૨૫		
ઝલ્મટી ... ..	૩૨		
ઝોરી ... ..	૧૦૫		
કક્ષા (ગામલી) ... ..	૧૦૮		

કચ્છપિટા ... ..	૧૦૬
કણ્ડુ (કુષ્ટ પ્રમાણે) ...	૫૪
કફોદર ... ..	૬૦
કમળો ... ..	૨૩
કંઠના રોગ ... ..	૧૧૦
કંઠમાળ ... ..	૭૦
કરમિયા ... ..	૨૧
કરોળિયા (સિધ્ધ) ...	૯૭
કર્ણનાદ ... ..	૧૧૩
કર્ણરોગ ... ..	૧૧૩
કાનના રોગ ... ..	૧૧૩
કામલા ... ..	૨૩
કાર્શ્ય ... ..	૫૯
કાસ (ઉધરસ) ... ..	૨૯
કાળશ્તુ ... ..	૬૦
કિલાસ (ગુલાબી કોદ) ...	૯૭
કુનખ (ચિપ્પ) ... ..	૧૦૭
કુષ્ટ ... ..	૯૬
કૃમિરોગ ... ..	૨૧
કોદ ... ..	૧૦૦
કોદ ... ..	૯૭
કોલેરા ... ..	૧૯
ક્ષય ... ..	૨૭
ક્ષુદ્રરોગો ... ..	૧૦૬
ખણજ (કુષ્ટ પ્રમાણે) ...	૫૪
ખરબંધ ... ..	૯૭
ખસ ... ..	૯૭
ખીસ (યુવાનપીટિકા) ...	૧૦૭
ખડ ... ..	૭૬

ગંડમાળ ... ..	૭૦
ગંધમાળા ... ..	૧૦૭
ગર્દભિક્ષા ... ..	૧૦૭
ગલગંડ ... ..	૬૯
ગલત કોદ ... ..	૪૦
ગળાના રોગ ... ..	૧૧૦
ગાંડપણુ ... ..	૩૫
ગાલસૂણિયું (પાપાણુગર્દભ) ...	૧૦૭
ગુદબંધ ... ..	૧૦૮
ગુલાબી કોદ (કિલાસ) ...	૯૭
ગુદમ ... ..	૪૯
ગૂમડાં ... ..	૮૦
ગૂમડાંના સોઝન ... ..	૮૦
ગોળો ... ..	૪૯
ગ્રંથિ ... ..	૭૨
ગ્રહણી ... ..	૧૩
ચરખી વધવી ... ..	૫૯
ચામડીના રોગ ... ..	૯૬
ચાંદી ... ..	૯૨
ચિપ્પરોગ ... ..	૧૦૭
છર્દિ ... ..	૩૨
જતુમણિ (કાળું લાખુ) ...	૧૦૭
જલોદર ... ..	૬૦
જળધર ... ..	૬૦
જલગર્દભ ... ..	૧૦૭
જીભના રોગ ... ..	૧૧૦
જવર ... ..	૧
ઝાડાનો રોગ ... ..	૧૦
ઝેર ... ..	૧૪૬

ઝેરી પ્રાણી ઇરજાનું ઝેર...	૧૪૬
તંદ્રા...	૩૩
તરસનો રોગ	૩૨
તલ (તિલકાલક)	૧૦૭
તાણુ	૩૩
તાવ...	૧
તિલકાલક( તલ )...	૧૦૭
તૃષા...	૩૩
દગ્ધ	૧૪૮
દુડુ...	૯૭
દમ (શ્વાસ)	૨૬
દાઝવું	૧૪૮
ઢાદર	૯૭
દારુણુ	૧૦૭
દાઝ વધારે પીવાથી થતા રોગ	૩૪
દાહ...	૩૫
દુખળા પડવાનો રોગ	૫૯
ધાવણના રોગ	૧૪૧
ધોળાવાળ	૧૦૭
ધોળો કાઢ	૯૭
નસકોરી ફૂટવી	૨૬
નસ્ય	૩
નાકના રોગ	૧૧૫
નાડીવ્રણુ	૮૮
નિરુદ્ધપ્રકાશ	૧૦૮
નીલિકા	૧૦૮
નેત્રરોગ	૧૧૭
પત...	૪૦
પથરી	૫૫

પશ્ચિનીકંટક	૧૦૭
પનસિકા	૧૦૭
પરમિયો	૯૨
પરિવર્તિકા...	૧૦૮
પરિસ્થાવ્યુદર	૬૦
પક્ષિત	૧૦૭
પાણુ	૨૨
પાદદારી (પમ કાટવા)	૧૦૭
પામા (ખસ)	૯૭
પાપાણુગર્દભ(ગાઝમુણિયું)	૧૦૭
પિત્તોદર	૬૦
પીનસ (જૂનું સળેખમ)	૧૧૬
પીળિયો	૨૩
પુંમેહ	૯૨
પ્રદર...	૧૩૧
પ્રમેહ	૫૬
પ્રવાહિકા	૧૧
પ્લીકોદર	૬૦
ફિરંગ	૧૪૭
બદ (ગડ)...	૭૬
બદ્ધ્યુદોદર	૬૦
બરલ	૬૦
બળતરા	૩૫
બામલી (કક્ષા)	૧૦૮
બાલરોગ	૧૪૫
બેભાની (મૂર્છા)	૩૩
બે સાથળનું રહી જવું	૪૨
બ્રધ્મ (ગડ)	૭૬
બમંદર	૯૦

ભમ ...	...	...	૮૫
ભરનીગળ ગૂમડું	...	...	૮૮
ભરમક	...	...	૨૦
ભ્રમ	...	...	૧૦૧
મદાત્મય	...	...	૩૪
મરડો	...	...	૧૧
મષકલિંગ	...	...	૧૦૭
મસૂરિકા	...	...	૧૦૫
માથાના રોગ	...	...	૧૨૯
મુખના રોગ	...	...	૧૧૧
મુખપાક	...	...	૧૧૧
મૂઢગર્ભ	...	...	૧૩૭
મૂત્રકૃચ્છ્ર	...	...	૫૨
મૂત્રાવાત	...	...	૫૩
મૂચ્છા (ખેભાની)	...	...	૩૩
મૃગી (વાઈ)	...	...	૩૭
મેદ્દ રોગ	...	...	૯૫
મેદોદૃદ્ધિ	...	...	૫૯
મેહ	...	...	૫૬
મેહ	...	...	૫૩
યકૃતદાહ્યુદર	...	...	૬૦
યવપ્રખ્યા	...	...	૧૦૬
યુવાનપીટિકા (ખીલ)	...	...	૧૦૭
ચોનિક્ષંદ	...	...	૧૩૭
ચોનિરોગ	...	...	૧૩૪
રક્તગુદ્મ	...	...	૫૦
રક્તપિત્ત	...	...	૨૫
રતવા	...	...	૧૦૩
રસોળી	...	...	૧૭૨

રસોળી (ઝેરી)	...	...	૭૩
રાજ્યક્ષમા	...	...	૨૧૬
રાફડો	}	વદ્મીક	૧૦૬
રાશી			
રોમાન્તી	...	...	૧૦૫
લમણાના રોગ	...	...	૧૨૯
લાખુ (જતૂમણિ)	...	...	૧૦૭
લાપોટિયું	...	...	૧૦૭
લોહી (પિત્ત) પડવું	...	...	૨૫
વધરાવળ	...	...	૬૧૬
વંધ્યત્વ	...	...	૧૪૩
વદ્મીક	...	...	૧૦૬
વાઈ	...	...	૩૫
વાતરક્ત	...	...	૪૦
વાતવ્યાધિઓ	...	...	૩૫
વાતોદર	...	...	૬૦
વાંઝિયાપણું	...	...	૧૪૩
વાયુના રોગ	...	...	૩૫
વાળો	...	...	૧૪૮
વિદ્રધિ	...	...	૭૬
વિલંબિકા	...	...	૨૦
વિવૃત્તા	...	...	૧૦૬
વિપ	...	...	૧૪૬
વિષૂચિકા	...	...	૨૦
વિસર્પ	...	...	૧૦૩
વિરક્ષોટક	...	...	૧૦૫
વૃદ્ધિ	...	...	૬૧૬
વૃષણકૃચ્છ્ર	...	...	૧૦૮
વ્યંજલિંગ	...	...	૧૦૬

વ્રણ ... ..	૮૦
વ્રણ ( આગંતુક ) ... ..	૮૦
વ્રણ ( દુષ્ટ ) ... ..	૮૦
વ્રણ ( શારીર ) ... ..	૮૦
વ્રણશોથ ... ..	૮૦
શંખકરોગ ... ..	૧૨૯
શકરો ... ..	૧૦૭
શારીરવ્રણ ... ..	૮૦
શીતપિત્ત ... ..	૧૦૦
શીતળા ... ..	૧૦૫
શીળસ ... ..	૧૦૦
શકદોષ ... ..	૯૫
શકરોગ ... ..	૯૫
શળ ... ..	૪૪
શોથ } ... ..	૬૩
શોફ } ... ..	૬૩
શ્લીપદ ... ..	૭૪
શ્વાસ (દમ) ... ..	૨૯
શ્વિત્રીકુષ્ઠ ... ..	૯૭
સણકા ... ..	૪૪
સલોવ્રણ ... ..	૮૦
સંગ્રહણી ... ..	૧૩
સંધિવા ... ..	૪૩

સંનિરુદ્ધગુદ ... ..	૧૦૮
સળેખમ ... ..	૧૧૬
સારણગાંઠ ... ..	૬૭
સિધ્ધકુષ્ઠ ( ઠરોળિયા ) ... ..	૯૭
મુળક ... ..	૯૨
મુવારોગ ... ..	૧૩૯
મૃતિકારોગ ... ..	૧૩૯
મૃત્યુવર્ત ... ..	૧૨૯
સોળ ... ..	૪૦, ૮૦
સોમરોગ ... ..	૧૪૨
સ્તનરોગ ... ..	૧૪૦
સ્તન્યરોગ ... ..	૧૪૧
સ્ત્રીરોગ ... ..	૧૩૧
સ્નાયુક-વાળો ... ..	૧૪૮
સ્વરભેદ ... ..	૨૯
હરસ ... ..	૧૫
હલીમક ... ..	૨૪
હાડકાં ઝેતરવાં, ભાગવાં કે	
કચ્ચર થવાં ... ..	૮૫
હાથીપગ ... ..	૭૪
હિક્કા ( હેડકી ) ... ..	૨૯
હદ્રોગ ... ..	૫૧
હલ્લાસ ( બિયડા ) ... ..	૩૨

## પૂરવાણી

આ પુસ્તકમાં નીચેનાં કેટલાંક ઔષધો તથા બીજા કેટલીક જાણુવા જેવી વાખતો કે જે પ્રકરણોમાં પેટા વાખતો તરીકે આવી જવા છતાં અનુક્રમમાં આવી શકી નથી, તે સૌ આ પૂરવાણીમાં આપવામાં આવી છે.

અમૃતમંજરીની ગોળીઓ	...	...	...	૭
અંજન	...	...	...	૪
અવલેહ	...	...	...	૪
અવિપત્તિકર ચૂર્ણ (અમ્લપિત્ત)	...	...	...	૧૦૨
એલાદિ ગુટિકા	...	...	...	૫૧,૧૪૩
ઉપવાસ કરવાની રીત	...	...	...	૨,૩
ઉપવાસ છોડવાની રીત	...	...	...	૩,૬
ઉપવાસ પછી ખોરાકનો ક્રમ	...	...	...	૬
કાંચનાર ગૂળગની ગોળી (કંઠમાળ)	...	...	...	૭૧
કિરાતાદિ ક્વાથ	...	...	...	૯
ક્ષારતેલ (કર્ણરોગ)	...	...	...	૧૧૫
ગણ્ડૂપ	...	...	...	૩
ગરમાળાપચક ક્વાથ	...	...	...	૫
ગોક્ષુરાદિ ક્વાથ (મૂત્રકૃચ્છ્ર)	...	...	...	૫૨
ચંદ્રોદયાવર્તિ (આંખના રોગ)	...	...	...	૧૨૧
ચાતુર્ભદ્ર ચૂર્ણ (આલરોગ)	...	...	...	૧૪૫
જાત્યાદિ તેલ (નાડીવ્રણ)	...	...	...	૯૦
તિલકાદિ ક્વાથ (રક્તગુલ્મ)	...	...	...	૫૦,૧૪૩
ત્રિક્ષ્ણા-ગૂળગની ગોળી (નાડીવ્રણ)	...	...	...	૮૮
ત્રિક્ષ્ણાસૂત (આંખના રોગ)	...	...	...	૧૨૮



દશાંગ ક્વાથ ( અમ્લપિત )	...	...	૧૦૩
દશાંગ લેપ ( રતવા )	...	...	૧૦૪
દાઘ્યોદિ ક્વાથ ( સ્ત્રીરોગ )	...	...	૧૩૩
દુગ્ધવટીની ગોળી ( ગ્રહણ )	...	...	૧૪
દેવદાર્વાદિ ક્વાથ ( સુવારોગ )	...	...	૧૪૦
દોષધ્ન લેપ ( ક્ષુદ્રરોગ )	...	...	૧૦૬
નયનામૃત-અંજન ( આંખના રોગ )	...	...	૧૨૧
નયાનાંજન ( , , )	...	...	૧૨૧
નસ્ય ... ..	...	...	૩
પથ્યાદિ ક્વાથ ( માથાના રોગ )	...	...	૧૩૧
પુનર્વાદિ ક્વાથ ( મૂત્રકૃમ્મ )	...	...	૫૩
પોટીસ ( વિદ્રધિ )	...	...	૭૮, ૭૯
મધ્યમંજિષ્ઠાદિ ક્વાથ ( ક્ષુદ્રરોગ )	...	...	૧૦૬
મહારાસ્નાદિ ક્વાથ ( વાતવ્યાધિ )	...	...	૩૮
માંસરસ ( ક્ષય )	...	...	૨૯
માષાદિ ક્વાથ ( , , )	...	...	૪૦
માષાદિ તેલ ( , , )	...	...	૪૦
યોગરાજ ગૂળળ ( વાતવ્યાધિ )	...	...	૩૯
રક્તાંજન ( આંખના રોગ )	...	...	૧૨૧
રોપણરસક્રિયા ( , , )	...	...	૧૨૧
લાક્ષાદિ ગૂળળની ગોળી ( બમ્બ )	...	...	૮૬
લોપ્પાનનો ચુવો ( કુષ )	...	...	૯૯
લોહીનો સોળે ઉતારવાનો ( હાડવૈષ્ણનો ) લેપ ( બમ્બ )	...	...	૮૭
વ્યોષાદિ ગુટિકા ( નાકના રોગ )	...	...	૧૧૭
હરીતક્યાદિ ક્વાથ ( મૂત્રકૃમ્મ )	...	...	૫૨
હિંમળાષ્ટક ચૂર્ણ ( બિલટી )	...	...	૩૨

## અગત્યની સૂચનાઓ

**ક્વાથ (કાઠો) કરવાની રીત :** જે ઔષધોનો ક્વાથ કરવાનો હોય તે ઔષધો સરવાળે બે તોલા લેવાં. એ ઔષધોને અધકચરાં ખાંડવાં, લોટ જેવાં ઝીણાં ચર્ષી નય એવી રીતે ખાંડવાં નહિ. જે ઔષધો ખાંડી શકાય એવાં ન હોય તેમના ઝીણા કકડા કરવા. એ અર્ધાં ઔષધો સરખે ભાગે આવે એવી રીતે એ ભૂકામાંથી બે તોલા ભૂકા લેવો. એ ભૂકા એક શેર પાણીમાં નાખી નવટાંક પાણી બાકી રહે ત્યાંસુધી દેવતા પર ઉકાળવો. દેવતાપરથી ઉતારી લઈ વસ્ત્રથી પાણી ગાળી લઈ દૂધા અલગ રહેવા દેવો. ગાળેલું પાણી પીવા જેવું ઠંડું પડે એટલે પીવું. વધેલા દૂધાને પાછા સાંજે એક શેર પાણીમાં નવટાંક પાણી બાકી રહે ત્યાંસુધી ઉકાળવો. પાણી વસ્ત્રથી ગાળી લઈ દૂધા ફેંકી દેવો. ગાળેલું પાણી પીવા જેવું ઠંડું પડે એટલે પીવું. આમ ક્વાથ સવારસાંજ દિવસમાં બેવાર પીવો. ક્વાથ ધીમે તાપે તૈયાર કરવો અને ક્વાથનું વાસણ ક્વાથ કરતી વખતે ખુલ્લું રાખવું. અંદર કચરો કે કંઈ પડે નહિ તેની સાંભાળ રાખવી.

**સ્વરસ કાઢવાની રીત :** (૧) લીલાં ઔષધોને ખારીક વાટવાં અથવા ખાંડવાં. પછી એમાંથી રસ નીચાવી કાઢવો. આવી રીતે કાઢેલો સ્વરસ દર ટકે બે તોલા લેવો.

(૨) લીલાં ઔષધોને અભાવે સૂકાં ઔષધોને અધકચરાં ખાંડી. ઔષધથી આઠગણા પાણીમાં નાખી. મૂળ પાણીનો ચોથો ભાગ બાકી રહે ત્યાંસુધી ઉકાળી ઉતારી લીધા પછી જે ગાળેલું પાણી બાકી રહે તેને પણ સ્વરસ કહેવામાં આવે છે. આવી રીતે તૈયાર કરેલો સ્વરસ દર ટકે ચાર તોલા લેવો.

**કલ્ક (ચટણી, લૂગદી) કરવાની રીત :** લીલાં ઔષધોને પથ્થર પર પથ્થરવડે ખૂબ ઝીણું લસોટવું. સૂકું ઔષધ હોય તો એનું ઝીણું કકડા કરી, જરૂરનેગું પાણી નાખતાં જઈ લસોટવું. કલ્કનું માપ દર ટકે એક તોલા છે.

**ચૂર્ણ (ચૂરણ) કરવાની રીત:** તદ્દન સૂકા ઔષધને લોટ જેવું ઝીણું ખાંડી કે દળીને લગાડથી ચાળવું. એ વસ્ત્રગાળ બૂકાને ચૂર્ણ કહેવામાં આવે છે. ચૂર્ણનું માપ દર ટકે એક તોલો છે.

**ગોળી કરવાની રીત:** જે ઔષધોની ગોળી કરવી હોય તે ઔષધોનું પહેલું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું. પછી જે ગોળી સાકરમાં વાળવાની હોય તેો સાકરનું ચૂર્ણ ઔષધોના ચૂર્ણથી ચારગણું લેવું. જે ગોળી ગોળમાં વાળવાની હોય તેો ગોળ ઔષધોના ચૂર્ણથી અમણો લેવો. જે ગોળી ગૂગળ કે મધમાં વાળવાની હોય તેો સાક્ર કરેલો ગૂગળ કે મધ ઔષધોના ચૂર્ણ જેટલો જ વજનમાં લેવો. જે પ્રવાહી પદાર્થમાં ગોળી વાળવાની હોય તેો પ્રવાહી પદાર્થ ઔષધોના ચૂર્ણથી અમણો લેવો. જે પદાર્થ સાથે ગોળી વાળવાની હોય તેમાં ગોળીનાં ઔષધોનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ અરાઅર બેળવી દઈ ગોળીઓ વાળવી. દર ટકે એક તોલો સુધી ગોળી લઈ શકાય.

**ઘી કે તેલ તૈયાર કરવાની રીત:** જે ઔષધોથી ઘી કે તેલ સિદ્ધ કરવાનું હોય તેો ઔષધોનો કલ્ક કરવો. પછી કલ્ક એક ભાગ, કલ્કથી ચારગણું ઘી કે તેલ અને ઘી કે તેલથી ચારગણું પાણી લેવું. એ બધું બેગું કરી ઘીમે તાપે ઉકાળવું. ઉકળતાં-ઉકળતાં ત્યારે પાણી તદ્દન ખળી ન્યય પૂણુ ઘી કે તેલ બધું બાકી રહે ત્યારે તે ગાળી લેવું. આને સિદ્ધધૂત કે સિદ્ધતેલ કહેવામાં આવે છે. સિદ્ધધૂત કે સિદ્ધતેલ દર ટકે એક તોલો લેવું. ઘી ગાયનું અને તેલ તલનું વાપરવું.

ઉપર લખેલાં બધાં માપ નિર્વિપ દવાનાં છે તથા ૧૭થી ૭૦ વર્ષની ઉંમરના માણસો માટે છે. વળી એ તો સામાન્ય માપ છે. દરેક પ્રસંગે દરદીના દોષ (વાત, પિત્ત ને કફ), અગ્નિ (વિષમ, તીક્ષ્ણ ને મંદ), ખળ, ઉંમર, રોગ. ઓસડનું દ્રવ્ય અને દરદીનો કોડો (કર, મધ્ય ને શુદ્ધ); એ બધી બાબતનો વિચાર કરી દવાનું માપ નક્કી કરવું જોઈએ.

## શુદ્ધિપત્ર

પાત્ર	લીટી	અશુદ્ધ	શુદ્ધ
૧	૧૭	નિર	નિર
૨૧	૧	કૃતિ	કૃમિ
૨૪	૧૧	પુષ્કળ	કમળામાં ઉપાય તથા ખોરાક: પુષ્કળ
૨૭	૧	રાજ્યક્ષમા	રાજ્યક્ષમા
૩૨	૧	છર્દિ:	છર્દિ
૩૫	૧૧	વધે છે તેથી	વધે છે તેથી,
૫૩	૫	રેચમાં	રોગમાં
૬૦	૫	મધ અને	મધ તોલા ૨ અને
૬૦	૫	પાણી પાવાથી	પાણી રોજ બેવાર પાવાથી
૬૧	૧૪	ઉપરની	અંદરની
૧૧૧	૧૦	ખોરાક મુખ્યત્વે	ખોરાકમાં મુખ્યત્વે

# વિવિધ ગ્રંથમાળા

વાર્ષિક ૬-૮-૦ ના લવાજમમાં કાઉન સોળપેશ  
૧૬૦૦ પાનાંનું વાંચન ઘેરબેઠાં મળશે.

ચાલુ સાલ સં. ૨૦૦૪-૫નાં પ્રકાશનો:-

(૧) સંતની વાતો, (૨) જીવનચર્યા, (૩) યોગીશ્વર યાજ્ઞવલ્ક્ય, (૪) તંત્રકથા અને (૫) તુલસી રામાયણનાં મહાવાક્યો; એમ એકંદર પાંચ પુસ્તકો બહાર પડી ગયાં છે અને હવે પછી (૧) પાકશાસ્ત્ર, (૨) સ્તોત્રસંગ્રહ, (૩) હંસ મહારાજ અને (૪) ઘરઘરનો વૈદ્ય : આ ચાર પુસ્તકો મોકલાશે. આજે જ ગ્રાહક બની લગભગ રૂ. ૧૦૦નાં પુસ્તકો માત્ર રૂ. ૬-૮માં ઘેરબેઠાં મેળવો.

વિશેષ માહિતી માટે સચિપત્ર મંગાવો :

**સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય**

ડ. ભદ્ર પાસે, પો. બો. નં. ૫૦, અમદાવાદ  
અને કલ્યાણેશ્વરી રોડ, હાથી બીલ્ડિંગ, મુંબઈ-૨

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય દ્વારા સંચાલિત

## ‘અખંડ આનંદ’

તંત્રી : મોહનલાલ મહેતા (સોપાન)

વાર્ષિક લવાજમ

દેશમાં રૂા. ૧-૮-૦ : : પરદેશમાં રૂા. ૧૦)

- ધર્મ, નીતિ, જીવનકથાઓ, સંતવાણી, વૈદક ને આરોગ્ય, પુરુષાર્થ, પરમાર્થ એવી અનેકવિધ રસપ્રદ સામગ્રી પીરસતું માસિક.
- આ માસિકના તમે આહક ન થયા હો તો આજે જ લવાજમ મોકલી આહક થઈ જાઓ અને આટલા સસ્તા મૂલ્યે દર મહિને વિવિધ વિષયોનું ઉપયોગી અને સરળ વાંચન મેળવવાની તક ગુમાવશો નહિ.

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય

ડે. ભદ્ર પાસે, પો. બો. નં. ૫૦, અમદાવાદ

અને દાલબાદેવી રોડ, હાથી બીલ્ડિંગ, મુંબઈ-૨

# ઘરઘરનો વૈધ

## ૧ : જવર-તાવ (Fever)

તાવ શી રીતે આવે છે : આહાર અને વિહારના કુપચ્ચથી કાપેલા દોષો (વાત, પિત્ત અને કફ) હોજરીમાં આવીને જઠરાગ્નિને પોતાના સ્થાનમાંથી બહાર કાઢી પોતે અનરસ સાથે મળી જઈ તાવ આણે છે.

આહારવિહારના કુપચ્ચથી કાપેલા દોષો ન્યારે અગ્નિને હોલવે છે, ત્યારે જેમ પાણીથી હોલવાતા અગ્નિની જાળ (બાફ) ચારેબાજુએ ફેલાઈ જાય છે, તેમ આહારવિહારના કુપચ્ચથી હોલવાતા જઠરાગ્નિની જાળ શરીરમાં ફેલાઈ જવાથી શરીર ગરમ થાય છે. આને તાવ કહે છે.

પ્રકાર : આયુર્વેદમાં તાવ ૨૫ પ્રકારના છે અને ૧૩ સન્નિપાતજ્વરોને એક જ પ્રકારના ન ગણતાં જુદા ગણીએ, તો ૩૭ પ્રકારના છે. પણ અહીં તો સર્વ પ્રકારના તાવમાં કામ આવે એવી સામાન્ય સમજણ અને ઉપાય લખ્યા છે, તેથી આપણે વ્યવહારુ દૃષ્ટિએ તાવના બે ભેદ ગણવા : (૧) સામ<sup>૧</sup> અને (૨) નિરામ.<sup>૨</sup>

૧ સામ=સ+આમ; ૨ નિરામ=નિર+આમ.

વળી બીજી દૃષ્ટિએ પણ તાવના મુખ્ય ચાર પ્રકાર પાડી શકાય છે. (૧) મુદ્દતિયા (લાંબી મુદ્દતે ઊતરે એવો), (૨) જીર્ણજ્વર (જેમાં કાળજી અને ખરોજ વધી ગયાં હોય અને ઝીણો તાવ રહેતો હોય એવો), (૩) વિષમજ્વર (ચઢતો-ઊતરતો) તથા (૪) આગંતુક (વાગવું, કપાવું, દાઝવું, કામ, ક્રોધ, શોક, શાપ, વળગાડ વગેરે આગંતુક કારણોને લીધે આવેલો).

(૧) મુદ્દતિયા તાવના પ્રકાર અને મુદ્દત : કદ્દજ્વર ૧૨ દિવસ રહે છે, પિત્તજ્વર ૧૦ દિવસ રહે છે, વાતજ્વર ૭ દિવસ રહે છે, વાતપિત્તનો જ્વર ૫ દિવસ રહે છે, કદ્દપિત્તનો જ્વર ૧૧ દિવસ રહે છે અને વાતકદ્દનો જ્વર ૯ દિવસ રહે છે. સન્નિપાતજ્વર એટલે ત્રણે દોષથી આવેલો જ્વર ૨૧ દિવસ રહે છે. આ બધી જાતના મુદ્દતિયા તાવનો ઉપાય એકસરખો હોવાથી એ બધા તાવને જીદાજીદા ઓળખવાની સામાન્ય રીતે જરૂર પડતી નથી. તેથી એ દરેકનાં જીદાં લક્ષણો આપવાની જરૂર નથી.

મુદ્દતિયા તાવમાં ઉપવાસ : મુદ્દતિયા તાવમાં શરીરમાં તાવ હોય ત્યાંસુધી ઉપવાસ કરવા અને તાવ ઊતરે નહિ ત્યાંસુધી ઉકાળાને ઠંડા કરેલા પાણી સિવાય કંઈ લેવું નહિ.

પીવાનું પાણી : ઉપવાસ દરમિયાન અને ઉપવાસ છૂટ્યા પછી પણ જ્વરની મધ્યમ અવસ્થા પૂરી થતા સુધી પાણી ઉકાળા, અડધોઅડધ બાળા નાખી, ઠંડું થયા પછી માટીના ઘડામાં ઠારીને પીવું. દિવસે પીવા માટેનું પાણી સવારે ઉકાળાને ઠારવું અને રાત્રે પીવા માટેનું પાણી સાંજે નવું ઉકાળાને ઠારવું. એકવાર ઉકાળાને ઠારેલા પાણીનો બીજાવાર ઉકાળવામાં કે બીજા કામમાં ઉપયોગ કરવો નહિ.

પાણી કેટલું પીવું ? તાવ દરમિયાન જ્યારે તરસ લાગે, ત્યારે એ ઘૂંટડા પાણી પીવું. વધારે પાણી પી જવાથી પણ નુકસાન થાય છે.



ઉપવાસ દરમિયાન ઉપર કહેલા પાણી સિવાય કંઈ પણ ખાવુંપીવું નહિ. દવા પણ લેવી નહિ.

કેવા ખંડમાં રહેવું ? તાવમાં દરદી ઉપર પવન ન આવે એવી રીતે તેની પથારીની ગોઠવણ રાખવી.

ઉપવાસ ક્યારે છોડવા ? અણુઉતાર એટલે મુદતિયા તાવમાં જ્યારે એક સવારથી બીજી સવાર સુધી એમ લાગત ચોવીસ કલાક સુધી દરદીના શરીરની ગરમી ઢિનાળામાં ૯૬°ની આસપાસ રહે અને શિયાળામાં ૯૭°ની આસપાસ રહે, ત્યારે જ ઉપવાસ છોડવા.

રુઝદાહ જવરમાં ઉપવાસ ન કરવા : સન્નિપાતજ્વરના ૧૩ પ્રકાર છે. તેમાંથી રુઝદાહ નામના સન્નિપાતજ્વરમાં લાંઘણ કરવી નહિ. બાકીના ૧૨ સન્નિપાતજ્વરમાં ૨૧ ઉપવાસ કરવા.

રુઝદાહ જવરનાં લક્ષણ : પુષ્કળ બળતરા, પુષ્કળ તરસ, હાંફ, લવરી, ચક્કર-ફેર, અરુચિ, મોહ, બેચેનીમાં પીડા, ગળામાં દુખાવો, પેટમાં થળ, શરીરનું આકુળવ્યાકુળ થયા કરવું : આ સર્વ રુઝદાહ સન્નિપાતજ્વરનાં લક્ષણો છે.

સન્નિપાતજ્વરમાં લાંબા ઘેનમાંથી જગાડવાનો ઉપાય : ઉપવાસ દરમિયાન કંઈ પણ દવા અપાય નહિ, પણ દરદી ઘણા ઘેનમાં પડ્યો રહે કે એવા બીજા પ્રસંગે જરૂર જણાય તો શરીરના માર્ગો સાફ રાખવા માટે ખાસ કરી સન્નિપાતજ્વરમાં નીચે પ્રમાણે નસ્ય, ગણ્ડૂષ, અંજન, શેક અને અવલેહ-એ પંચકર્મ કરી શકાય.

નસ્ય : કાળાં મરીનું તથા સિંધાલુનું વજ્રમાળ ચૂર્ણ સમભાગે ભેગું કરી એમાંથી (ચાંદીની)બેઆનીમાર (૩ તોલો) નસકોરામાં ફૂંકવું.

ગણ્ડૂષ : વડ, પીપળો, પારસપીપળો, ઉંખરો અને પીપર : એ

પાંચે ઝાડની છાલના ક્વાથ વડે મોંમાં કોગળા કરાવવા અથવા આદુ ને સિંધાલૂણ ભેગાં કરી દાંતે ઘસી પાણી વડે કોગળા કરાવવા.

**આંજન :** વસ્ત્રમાળ કાળાં મરીના ચૂર્ણની લિંબુના રસમાં ગોળા વાળી, તે ઘસી આંગળી વડે આંખમાં આંજવું.

**અવલેહ :** કાયફળ ને પીપર એ બેનું ચૂર્ણ મધ સાથે ચટાડવાથી ઊલટી થાય છે અને હોઝરીમાંનો કફ સાફ થઈ જાય છે.

**શેક :** શેક કોરો કરવો. શરીરને ભેજ અડકવો જોઈએ નહિ.

- ઉપરનાં પંચકર્મમાંથી પહેલું આંજન, પછી નસ્ય અને પછી બીજાં કર્મ કરવાં. શેક ગમે ત્યારે કરી શકાય. આ પાંચ કર્મથી તાત્કાલિક કામચલાઉ લાભ થાય, પણ કાયમનો સાચો લાભ લંધનથી જ થાય છે.

**તાવમાં ખાસ શું ન કરવું ?** તાવ હોય ત્યાંસુધી વમનવિરેચન વગેરે શોધન ઔષધ પણ આપવાં નહિ. તાવ હોય ત્યાંસુધી માથે બરફ કે પાણીનાં પોતાં મૂકવાં નહિ, શરીરે લેપ કરવો નહિ, દાંતણુ કરાવવું નહિ કે ઊલ ઉતરાવવી નહિ. દરદીને નવડાવવો નહિ કે ભીના કપડાથી શરીરને લૂછવું પણ નહિ. દરદી પર પવન આવવા દેવો નહિ અને જરૂર પડે તો હાથ-પંખાનો પવન નાખવો.

**તાવની ત્રણ અવસ્થા :** કઈ અવસ્થામાં શું કરવું ? અણુઉતાર મુદતિયા તાવમાં જ્યાં સુધી તાવ જરા પણ હોય ત્યાં સુધી તાવની તરુણ અવસ્થા કહેવાય છે. તાવ ઊતર્યા પછી અને ઉપવાસ છૂટે ત્યારપછી પણ શરીરમાં તાવનાં ચિહ્ન, જેવાં કે પીળો પેશાબ આવવો વગેરે હોય છે, તેને તાવની મધ્યમ અવસ્થા કહે છે. આ મધ્યમ અવસ્થામાં પાચન અને દીપન ઔષધો તથા કમસર અને પ્રમાણસર હલકા ખોરાક આપી શકાય છે. ખોરાકનો આ ક્રમ પૂરે થયા પછી તાવની પુરાણ અવસ્થા કહેવાય છે. તેમાં ધીમેધીમે બધો

ખોરાક લઈ શકાય છે.

અણુઊતાર તાવમાં તાવ તદ્દન ઊતરી ગયા પછી જ્યરની મધ્યમ અવસ્થામાં તથા પુરાણ અવસ્થામાં નીચેનું ‘ગરમાળા પંચક’ નામનું શોધન ઔષધ આપવું.

ગરમાળા પંચક : ગરમાળા, પીપરીમૂળ, કકુ, હરડે અને નાગરમોથ-આ પાંચે વસ્તુઓ સમભાગે લઈ, અધકચરી ખાંડી, એનો ક્વાથ દિવસમાં બેવાર બનાવીને સવારસાંજ પીવો.

તરુણ અવસ્થાના ત્રણ પેટા વિભાગ : તાવ શરૂ થાય ત્યારથી તે તદ્દન ઊતરી જાય ત્યાં સુધી તાવની તરુણ અવસ્થા કહેવાય છે. આ તરુણ અવસ્થાના વળી ત્રણ પેટા ભાગ છે : (૧) સામ, (૨) પચ્ચમાન અને (૩) પકવ.

સામ અવસ્થામાં દરદીને દરદનું બહુ ભાન થતું નથી અને તે મૂઠ જેવો પડ્યો રહે છે. પછી જ્યારે આમ પાકવા માંડે છે, ત્યારે તે પચ્ચમાન અવસ્થા કહેવાય છે. એ દશામાં દોષોની અને ઉપદ્રવોની વૃદ્ધિ થતી હોય એવું લાગે છે, લક્ષણો વધારે ઉગ્ર બને છે. પછી જ્યારે આમવાળા દોષો પાકી જાય છે, ત્યારે તે પકવ અવસ્થા કહેવાય છે; અને તે દશામાં તાવ ઊતરી જાય છે. જ્યરની પકવ અવસ્થા પૂરી થાય, ત્યારે તાવ તરુણ અવસ્થામાંથી મધ્યમ જ્યરની અવસ્થામાં દાખલ થાય છે.

સામ અવસ્થામાં શું કરવું? જ્યાંસુધી દોષો આમવાળા હોય ત્યાંસુધી દવા કે ખાવુંપીવું કંઈ પણ આપવાથી નુકસાન થાય છે. માત્ર તરસ લાગે ત્યારે લોહીને શરીરમાં ફરતું રાખવા માટે ઘૂંટડો-બે ઘૂંટડા ઉપર જણાવેલું ઉકાળેલું પાણી પીવું.

મધ્યમ અવસ્થામાં શું કરવું? અણુઊતાર મુદતિએ તાવ ઊતરીને એવીસ કલાક સુધી લાગત શિયાળામાં ૬૭°ની

આસપાસ રહે અને ઉનાળામાં ૯૬°ની આસપાસ બમલમાં રહે, ત્યારે નીચેના ક્રમથી ખોરાક શરૂ કરવો.

ઉપવાસ છોડાવવાના થોડા સમય પહેલાં દરદીને નીચે જણાવેલી વસ્તુઓનો મલમ જીભ પર, દાંતે અને મોંમાં ચોપડવો, તેથી એની જીભ પર સારું અમી છૂટશે.

**દાંતે ઘસવાનો મલમ :** દાડમડીનાં ફૂલ અથવા દાડમની છાલ, કાળાં મરી, સિંધાલૂણુ અને ખાટાં લિંબુનો રસ. છાલ અને ખી બાદ કરતાં બાકી રહેતો નાળુક ગર્ભ—એ ચારેને બેગાં વાટી કરેલો મલમ દાંતે અને જીભે તથા મોંમાં આછોઆછો ચોપડવો.

**ઉપવાસ છૂટ્યા પછીના પહેલા અઠવાડિયાનો ક્રમ :** ઉપવાસ છોડાવતી વખતે આગળપડતા મશાલાવિનાનું મગનું એક તોલો નીતયું પાણી આપવું; અથવા ૧/૪ તોલો જવરું આપવું. ઘઉં, મગ અને ચોખાને તવા પર શેકી લાલ થાય એટલે ઉતારી લેવા. શેકતાં દાણા બળી જવા જોઈએ નહિ. માત્ર એમનો મેદો જ બળવો જોઈએ. પછી એમને તદ્દન લોટ ન થઈ જાય એવા ત્રીણા કંસાર જેવા ખાંડીને ત્રણે બેગાં કરવાં. એમાંથી પા (૦૧) તોલો બૂકો અડધો રતલ પાણીમાં ઉકાળવો. બ્યારે બૂકો તદ્દન બધાર્ધને એકરસ થઈ જાય ત્યારે પીવા જેવું ઠંડું પાડી દરદીને આપવું. આમાં મીઠું કે થોડાં મરી નાખી શકાય. આ બનાવટ જવરું કહેવાય છે.

ઉપવાસ છોડ્યા પછી બે ટંક ઉપર પ્રમાણેનું પેય (પીણું) જણાવેલા માપસર આપવું. પછી જો શરીરની ગરમી (તાવ) વધે નહિ તો ત્રીજે દિવસે બન્ને ટંક મગનું દોઢ-દોઢ તોલો નીતયું પાણી આપવું અને મગના પાણીનું માપ રોજ અડધો તોલો વધારતા જવું; પણ જો જવરું આપવાનું ચાલુ થયું હોય, તો જવરાના બૂકાનું માપ રોજ ૦૧ તોલો વધારવું. આમ ક્રમેક્રમે વધતા જઈ ઉપરના પીણાથી ઉપવાસ છૂટ્યા પછીનું એક

અઠવાડિયું પૂરું કરવું. તે દરમિયાન પાછો તાવ જણાય તો એટલો ખોરાક પણ વધારે પડે છે એમ સમજી માપ ઓછું કરવું. જવરાના જૂકાનું માપ વધે તે પ્રમાણે એને રાંધવાના પાણીનું માપ વધારવું, પણ એક શેર પાણીથી વધારે પાણી જવરું બાફવા માટે લેવું નહિ.

**ઉપવાસ છૂટ્યા પછીના બીજા અઠવાડિયાનો ક્રમ :**  
ઉપવાસ છોડ્યા પછીના બીજા અઠવાડિયાની શરૂઆતમાં ખાટા લિંઘુ જેટલો બફાયેલો ભાત અને એમાં બળી રહે એટલી મગ, મસૂર કે તુવેરની દાળ તથા થોડા દૂધી જેવા હલકા શાકથી શરૂઆત કરવી. દરરોજ જૂપ પ્રમાણે પણ ધીમેધીમે ખોરાકનું પ્રમાણ વધારતા જવું અને એ રીતે બીજું અઠવાડિયું પૂરું કરવું.

આ બીજા અઠવાડિયાથી રોજ સવારમાં હીમજ લેવી. જરૂર જણાય તો ખોરાકના પહેલા અઠવાડિયાની અધવચ્ચથી પણ હીમજ રોજ લઈ શકાય. આમ હીમજ આપી ઉપવાસથી શરીર ગયેલા દોષોને શરીરમાંથી બહાર કાઢવા. રોજ બેત્રણ ગુલાબ ઘાચ એટલી હીમજ લેવી.

આ બીજા અઠવાડિયામાં જમવાના અડધા કલાક અગાઉ આદુનો રસ પીવો. આદુના રસની પણ શરૂઆત ધીમેધીમે કરવી ને પછી ક્રમેક્રમે વધવું.

આદુના રસમાં નીચે જણાવેલી અમૃતમંજરીની ગોળીઓ વાટીને આપવી. એથી ત્રણ ગોળીઓ સામાન્ય રીતે આપવી.

**અમૃતમંજરીની ગોળીઓ :** રૂમી હિંગજોડ, વછનાગ, પાટિયો ટંકણખાર, જયફળ, પીપર અને કાળાં મરીઃ એ છ ઔષ્ધો સમભાગે લઈ, ખાંડી, એનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી ખાટા લિંઘુના રસમાં મગ જેવડી ગોળીઓ વાળવી.

**ઉપવાસ છૂટ્યા પછીના ત્રીજા અઠવાડિયાનો ક્રમ :** પછી ત્રીજા અઠવાડિયાની શરૂઆતમાં દાળભાત અને શાક ઉપરાંત એક

ફૂલકા રોટલીથી શરૂઆત કરવી. રોટલીમાં ઘી બિયડુસ લેવું નહિ. દર ત્રણ ટંકે એક રોટલી વધારવી અને ત્રીજા અઠવાડિયાને અંતે દરેક ટંકે ચાર કેરી ફૂલકા રોટલી સુધી વધવું. દરેક રોટલીમાં અડધા તોલાથી વધારે લોટ ન હોય તેની સંભાળ રાખવી.

ઉપવાસ છૂટ્યા પછીના ચોથા અઠવાડિયાનો ક્રમ : આમ ઉપવાસ છૂટ્યા પછી ત્રણ અઠવાડિયા પૂરાં થાય, ત્યારે ભૂખ પ્રમાણે ખોરાક વધારવો. સવારસાંજ પાશેર-પાશેર દૂધ પીવું. રોટલી સાધારણ થીથી ચોપડવી. હીમજ રોજ સવારે લેવી.

(૨) જીર્ણોન્નવરતું કારણ અને લક્ષણ : ન્યારે સન્નિપાત સિવાયના અણુકિતાર મુદતિયા તાવમાં ચોગ્ય ઉપચાર ન થાય, અયોગ્ય ઉપચાર થાય કે આહારવિહારનું કુપથ્ય થાય, ત્યારે કાળજી (યકૃત=Liver) તથા બરલ (પ્લીહા=Spleen) વધે છે, કંઠણ બનતાં જાય છે અને શરીરમાં ઝીણો તાવ રહે છે. આ જીર્ણોન્નવર કહેવાય છે.

જીર્ણોન્નવરનો ઉપાય : જીર્ણોન્નવરમાં ઉપવાસ કરવા નહિ. જીર્ણોન્નવરમાં રોજ હીમજ આપવી. હીમજનો રેચ ન લાગે તો ગરમાળા પંચકનો ક્વાથ શોધન તરીકે આપવો. ખોરાકમાં હલકો અને સાદો ખોરાક પચી શકે તેટલા પ્રમાણમાં આપવો. બારે ન પડે એ રીતે ખોરાકમાં ઘી અને દૂધ આપી શકાય. ગાયના દૂધ શેર ૧૦માં પાણી શેર ૧૦ તથા ત્રણચાર લીંડીપીપર નાખીને દેવતા પર ઊકળવા મૂકવું. ઊકળતાં-ઊકળતાં પાણી બળીને દૂધ શેર ૧૦ બાકી રહે, ત્યારે નીચે ઉતારી લેવું; અને જરા ઠંડું પડે એટલે એમાંની પીપર ચાવી જઈ પછી એ દૂધ પી જવું. એમ રોજ સવારસાંજ ખેવાર કરવું.

(૩) વિષમજ્જવરતું કારણ અને લક્ષણ : ન્યારે સન્નિપાતજ્વર બગડે છે, એટલે ન્યારે સન્નિપાતજ્વરમાં ઉપચાર

અને આહારવિહારની યોગ્યાયોગ્યતા સચવાતી નથી, ત્યારે તાવ આણુનાર બગડેલા દોષો સ્થાનોમાં કે ધાતુઓમાં ચઢી જાય છે અને તાવ આવે છે. આને વિષમજ્વર અથવા ચઢ-જિતરનો તાવ કહેવામાં આવે છે. એ પાંચ પ્રકારનો છે : સંતત (અણુજિતાર), સતત (દિવસમાં બેવાર ચઢે અને બેવાર જિતરે એવો), અન્યેલુષ્ક (દિવસમાં એકવાર ચઢે અને એકવાર જિતરે છતાં રોજ આવે એવો), તૃતીયક (એકાંતરિયો), ચાતુર્થિક (ચોથિયો).

**ઉપાય :** વિષમજ્વરમાં તાવ શરીરમાં હોય ત્યાંસુધી તદ્દન ઉપવાસ કરાવવો. તાવ જિત્યાં પછી હરડે (હીમજ) આપવી. હીમજનો એકાદ જુલાબ જિત્યાં પછી નીચે જણાવેલો કિરાતાદિ ક્વાથ આપવો. ક્વાથ દિવસમાં સવારે અને સાંજે એમ બેવાર આપવો. કિરાતાદિ ક્વાથને બદલે સુદર્શન ચૂર્ણનો ક્વાથ પણ અપાય છે. હરડે, ક્વાથ, ખોરાક વગેરે તાવ ન હોય ત્યારે આપવાં.

**કિરાતાદિ ક્વાથ :** કરિયાતું, કડુ, નસોતર, પીપર, વાળો, વાવડિંગ, સૂંઠ, હીમજ અને હીમડાની પાતળી અંતરછાલ—એ નવ ઔષધોના અધકચરા ખાંડેલા ચૂર્ણનો ક્વાથ કરવો.

**પથ્ય ખોરાક :** તાવ ન હોય ત્યારે દાળભાત, ખીચડી અને શાક જેવો હલકો ખોરાક આપી શકાય. માપસર જમવું. ઘી, દૂધ, ખાંડ, દહીં અને ગોળ વગેરે ન આપવાં.

(૪) આગંતુક જ્વર : આગંતુક જ્વરમાં પહેલા સાત દિવસ સુધી ઉપવાસ કરાવવા નહિ. પણ જો એ તાવ પણ આહારવિહારના કુપથ્યે સામ થાય તો નિરામ થતાં સુધી ઉપવાસ કરવા.

## ૨ : અતિસાર-ઝાડા (Diarrhoea)

અતિસાર એટલે શું ? જેટલું ખાધુંપીધું હોય તેના કરતાં ઝાડાવાટે વધારે નીકળી જાય અને એ નીકળી જતા વધારામાં શરીરની દ્રવ ધાતુઓ ઝાડાવાટે નીકળી જતી હોય, ત્યારે અતિસાર થયો કહેવાય છે.

**અતિસારના પ્રકાર :** ઉપચારની દૃષ્ટિએ અતિસાર ત્રણ પ્રકારના ગણીએ તો ચાલે : ( ૧ ) આમાતિસાર, ( ૨ ) નિરામાતિસાર અને ( ૩ ) શોકાતિસાર. દરદીને ઝાડો પાણીમાં ડૂબે તો આમાતિસાર જાણીવો અને ન ડૂબે, તો નિરામાતિસાર જાણીવો. શોકનાં આંસુ રોકવાથી ગરમ આંસુ હોજરીમાં ઊતરી અજીર્ણ કરે છે, તેથી થતા અતિસારને શોકાતિસાર કહેવામાં આવે છે.

**આમાતિસારનો ઉપાય :** ન્યાંસુધી ઝાડો આમવાળો હોય, એટલે પાણીમાં ડૂબતો હોય ત્યાંસુધી દરદીને ઉપવાસ કરાવવા. ઉપવાસ દરમિયાન પણ જરૂર જણાય તો સવારસાંજ પાણી સાથે સૂંઠ ફકાવવી. પછી ન્યારે ઝાડા નિરામ થાય ત્યારે એટલે ન્યારે ઝાડા પાણીમાં તરે એવા થાય ત્યારે ધાણા, સૂંઠ, ઈંદ્રજવ, બીલાંનો ગર્ભ, હરડે, પીપર અને નાગરમોથનો ક્વાથ આપવો. આ ક્વાથ બીજાવાર સાંજે પણ આપવો.

**શોકાતિસારનો ઉપાય :** શોકાતિસાર પણ આમવાળો હોય ત્યાંસુધી આમાતિસાર પ્રમાણે ઉપચાર કરવા અને નિરામ થાય ત્યારે નિરામાતિસાર પ્રમાણે ઉપચાર કરવા. પણ એકલા ઉપર જાણીવેલા ઉપચારો કરવાથી શોકાતિસારમાં ખાસ લાભ થતો નથી; માટે દરદીને શોક દૂર કરવો એ મુખ્ય ઉપચાર છે અને એ શોક દૂર થાય તો બીજા ઉપચારો લાગુ પડે છે.

**અતિસારમાં ખોરાક :** અતિસાર નિરામ થાય ત્યારે અણુઉતાર



તાવ જિતયાં પછી જે રીતે ખોરાકનો ક્રમ આગલા પ્રકરણમાં જણાવ્યો છે, તે પ્રમાણે ખોરાક આપવો; અને ખોરાક લેવા છતાં ઝાડો ન જિતરે તો સવારમાં હીમજ આપવી.

**અતિસારમાં કેવું પાણી પીવું ?** અતિસારમાં દરદીને પાવાનું પાણી ઊકળતાંઊકળતાં માત્ર પા(૧)ભાગનું બાકી રહે, ત્યારે તે ઉતારી ઠંડું થયા પછી માટીના વાસણમાં ભરવું. આ પાણી સાંજસવાર નવું તૈયાર કરવાની કાળજી રાખવી.

**અતિસાર બગડે તો શું થાય ?** અતિસાર બગડે તો મહણી(સંઘણી)નો રોગ થાય છે; માટે બહુ કાળજીથી તેનો ઉપચાર કરવો જોઈએ.

### ૩ : પ્રવાહિકા-મરડો ( Dysentery, Mucous Colitis )

**મરડો એટલે શું ?** આ રોગમાં મળ તથા દોષો પરાણે કાઢવા પડે છે, માટે રોગનું નામ પ્રવાહિકા પડ્યું છે. વળી ઝાડો ચુંકાઈ-ચુંકાઈને થોડો થાય છે માટે ગુજરાતીમાં એને મરડો કહેવામાં આવે છે.

**મરડા વિષે સાચી સમજણ :** મરડામાં વારંવાર ઝાડાની હાજત થતી હોવાથી કેટલાક ઝાડો રોકાય એવી, અશીણ અથવા એવી ઝાડો રોકનારી દવા આપવાની જૂલ કરે છે. આને પરિણામે મરડામાંથી બીજા ઉપદ્રવો ઊભા થાય છે. મરડામાં મળથી ખરડાયેલા દોષો ( કફ અને પિત્ત ) આંતરડાંમાં અટકેલા હોય છે, તે જોર કરવા છતાં પણ એકદમ જિતરતા નથી. આંતરડાંમાં મળયુક્ત દોષો હોવાથી વારંવાર ઝાડાની હાજત થયા કરે છે, પણ એ દોષો અટકી રહેલા હોવાથી જિતરી ( નીકળી ) શકતા નથી; એટલા માટે મરડામાં ઝાડો રોકાય એવી દવાઓ આપવાને બદલે મળયુક્ત દોષો બહાર નીકળે

એવા ઉપાય કરવા જોઈએ. મરડામાં ઝાડો રોકાય એવી દવા આપવાથી ગ્રહણી, સોજા, તાવ વગેરે રોગો થાય છે અને વખતે મોત પણ નીપજે છે.

**ઝાડામાં શું પડે છે ?** મરડામાં ઝાડામાં પડતો મોળો પદાર્થ પરુ નહિ પણ કફ છે અને લાલ પદાર્થ લોહી નહિ પણ પિત્ત છે. લોહી અને પરુ ઉપર સૂંઠ ભભરાવવાથી તે પીગળતાં નથી. પિત્ત અને કફ ઉપર સૂંઠ ભભરાવવાથી તે પીગળે છે. આ પ્રયોગથી સિદ્ધ થાય છે કે મરડાના ઝાડામાં લોહી અને પરુ પડતાં નથી, પણ પિત્ત અને કફ પડે છે. રક્તપ્રવાહિકા થાય ત્યારે જ ઝાડામાં લોહી પડે છે.

**મરડાના પ્રકાર :** મરડો પણ સામ અને નિરામ એમ બે જાતનો ગણવો. સામ હોય તો મળયુક્ત દોષો પાણીમાં ડૂબે છે, નિરામ હોય તો એ દોષો પાણીમાં તરે છે.

**સામ મરડાના ઉપાય :** સામ મરડામાં નિરામ થતા સુધી ઉપવાસ કરાવવા. ઉપવાસ દરમિયાન સવારસાંજ સૂંઠનું ચૂર્ણ પાવલીમાર ફાકવું.

**નિરામ મરડાના ઉપાય :** ઉપવાસ પછી મરડો નિરામ અને એટલે ખોરાકનો ક્રમ તાવના પ્રકરણમાં જણાવ્યા મુજબ તાવ જતયાં પછીના ખોરાકના ક્રમ જેવો રાખવો. રોજ બેવાર (સવાર-સાંજ) દરેક ટકે એક તોલો સૂંઠ ફાકવી. તેથી મળયુક્ત દોષોનું પીગળાને પાણી થાય છે. સવારે અને જરૂર જણાય તો સાંજે પણ હીમજ ફાકવી. તેથી મળયુક્ત દોષો બહાર નીકળે છે. દાળનું ઓસામણ, દાળ, બાત, ખીચડી અને દૂધી જેવાં હલકાં શાકનો હલકો ખોરાક માપસર અને ક્રમસર ખાવાથી નવો 'આમ' થશે નહિ; અને આ રીતે મરડો સારી રીતે મરી જશે.

## ૪ : ગ્રહણી-સંગ્રહણી (Sprue)

**સંગ્રહણીની સમજ :** હોનરી સાથે જોડાયેલા એક કૂટના આંતરડા (Duodenum)ને ગ્રહણી કહેવામાં આવે છે. એ ન્યારે જગડે છે ત્યારે ખોરાક પચાવવાનું કામ એ કરી શકતી નથી. તેને ગ્રહણીરોગ કહેવામાં આવે છે. આ રોગનું કારણ ગ્રહણી હોવાથી કાર્યકારણની એકતાને લીધે અંગ ઉપરથી રોગનું નામ પણ ગ્રહણી રાખવામાં આવ્યું છે. ગુજરાતીમાં આ રોગને સંગ્રહણી કહેવામાં આવે છે પણ એ શબ્દ શાસ્ત્રોક્ત નથી.

**અતિસાર, સંગ્રહણી, અજીર્ણ અને કોગળિયા વચ્ચે તફાવત :** અતિસારમાં હોનરી જગડે છે પણ ગ્રહણીમાં ગ્રહણી જગડે છે. તેથી ગ્રહણીના રોગમાં હોનરી જેટલો અનરસ પકાવે તેનું સત્ત્વ બારોબાર હોનરીમાંથી તથા ગ્રહણીમાંથી સોતો ચૂસી લઈને શરીરને પોષણ આપે છે; પણ ગ્રહણીના રોગમાં ગ્રહણી પોતાનું પચાવવાનું કામ કરતી નથી, તેથી ગ્રહણીમાં જ પાકી શકે એવો અનરસ ગ્રહણીરોગમાં કાચો ને કાચો જાડાવાટે નીકળી જાય છે. તેથી અતિસારમાં પાતળા જાડા થાય છે, પણ ગ્રહણીરોગમાં પાતળા અને પાણીવાળા કાચાપાકા જાડામાં જાંઠો પણ નીકળે છે; કારણ કે હોનરીમાં પાકેલા અન્નનો જાડો જાંઠરૂપ બન્યો હોય છે અને ગ્રહણીમાં ન પાકેલા અન્નનો જાડો પાતળો હોય છે; વળી અજીર્ણમાં કાદવ જેવા જાડા થાય છે અને વિષૂચિકા (કોલેરા, કોગળિયા)માં ઘોળા પાતળા જાડા અને ઘોળા બલટી થાય છે. આ રીતે અતિસાર, ગ્રહણી, અજીર્ણ અને વિષૂચિકા (કોલેરા) વચ્ચેનો ભેદ સમજવો.

**સંગ્રહણીના પ્રકાર :** ઉપચારની દ્રષ્ટિએ સામગ્રહણી અને નિરામગ્રહણી એ બે ભેદ જ ઉપયોગી છે. જો જાડો પાણીમાં ડૂબે તો સામ અને તરે તો નિરામ જાણવો.

**સામસંઘહણીના ઉપાય :** સામસંઘહણીમાં લંધન (ઉપવાસ) કરાવવું. ઉપવાસ દરમિયાન તાવના પ્રકરણમાં બતાવ્યા પ્રમાણે ઉકાળાને તૈયાર કરેલું પાણી તરસ પ્રમાણે થોડુંથોડું પાવું.

**નિરામસંઘહણીમાં શું કરવું ?** ન્યારે ઝાડો નિરામ બને ત્યારે ઉપવાસ છૂટ્યા પછીનો તાવના પ્રકરણમાં જણાવેલા ખોરાકનો ક્રમ શરૂ કરવો; અને એ રીતે ખોરાકના ક્રમના ૨૧ દિવસ પૂરા થયા પછી ગાયના દૂધના દહીંની છાશ આપવી. છાશ બનાવતી વખતે દહીં ભાંજવામાં માત્ર દહીંથી ચોથા ભાગનું જ પાણી નાખવું. છાશ જૂપ પ્રમાણે ધીમેધીમે વધારવી.

છાશની સાથે દરેક વખતે ૦૧ તોલો નીચેનું ચૂર્ણ આપવું.

**ચૂર્ણ :** સૂંઠ, પીપર અને જીરું, એ ત્રણે સમભાગે લઈ થોડા ઘીમાં શેકીને કુલાવવાં (માત્ર શેકવાં, તળવાં નહિ). પછી એનું ચૂર્ણ કરવું. એમાં સૂંઠના વજન જેટલું સિંધાલૂણ ખાંડીને ભેળવવું.

દરદીનો જઠરાગ્નિ બહુ જ મંદ હોય તો દહીંમાં અડધાઅડધ પાણી નાખેલી છાશ બનાવવી.

**બહુ જ દુબળા અને સોજવાળા દરદી માટે ઉપાય :** જો સંઘહણીમાં દરદી અત્યંત નરમ પડી ગયો હોય અને સોજા આવ્યા હોય તો ઝાડો સામ હોય ત્યાંસુધી તો લંધન જ કરાવવું; પણ ઝાડો નિરામ થયા પછી તાવના પ્રકરણમાં જણાવેલા ક્રમ પ્રમાણે ખોરાક શરૂ કરવો. પછી જૂપ પ્રમાણે નવટાંક ગાયનું દૂધ આપવાની શરૂઆત કરવી ને તે ક્રમેક્રમે વધારવું. દૂધ ન પચે તો પ્રમાણ ઘટાડવું. ઘૂંટડા દૂધ સાથે દિવસમાં સવારસાંજ બેવાર નીચે જણાવેલી દુગ્ધવટીની ગોળી એકએક રતીભારની આપવી. જો ઝાડા બહુ જ થતા હોય તો ગોળીનું પ્રમાણ થોડું વધારવું, પણ દૂધનું પ્રમાણ તો જઠરાગ્નિ બિંધે તેના પ્રમાણમાં જ વધારવું.

**દુગ્ધવટીની ગોળી :** હિંગગોઝ તોલો ૧, વજનામ તોલો

૧, ધંતૂરાનાં ખી તોલો ૧, અશીષુ તોલો ૩-એ ચારેનું વજ્રમાળ ચૂર્ણ કરી દૂધમાં તેની ગોળાઓ એકએક રતીભારની વાળવી.

ખાસ સૂચના : આ ગ્રહણી રોગમાં ખોરાક તરીકે હાથ શરૂ કર્યો પછી પાણી પાવાનું બિલકુલ બંધ કરવું.

## ૫ : અર્શ-હરસ ( Piles )

હરસ-મસા એટલે શું ? મંદ જઠરાગ્નિને લીધે ખાધું બરાબર પચે નહિ, તેથી અન્નનો જે રસ કાચો રહે છે, તેમાંનો ઘણો કાચો રસ(આમ) લોહી સાથે મળી જવાથી લોહી ઘટ, (ઘાટું) અને ભારે બની જાય છે. તેથી એ ઘટું લોહી શરીરમાં બરાબર ગતિ કરી શકતું નથી. એ ભારે લોહી ગુરુત્વાકર્ષણના નિયમથી નીચે ઊતરે છે અને ગુદા ઉપરના અને આસપાસના (ફૂલાના) માંસલ ભાગમાં બરાબર છે. તેથી એ ભાગની ધમનીનાં તથા શિરાનાં જળાં લોહીના બરાવાથી ફૂલે છે અને કમરથી જળંધ સુધીનો ફૂલાનો ભાગ વધતો જાય છે.

વળી આ ઘટું લોહીનો બરાવો જેમ જેમ વધારે થતો જાય છે, તેમ તેમ લોહીનાં જળાં ગુદાના માર્ગની અંદરની બાજુએ પણ ફૂલતાં જાય છે; અને ત્યાં જુદેજુદે ઠેકાણે એ ઘટું લોહીના બરાવાથી સોજે આવે છે. તેથી ગુદાની અંદરના ભાગમાં માંસના અંકુરો (મસા) પેદા થાય છે. આ અંકુરોને આપણે હરસ કહીએ છીએ.

આ રીતે ગુદામાં થયેલા સોજા અને અંકુરોને લીધે ઝાડો ઊતરવાનો માર્ગ સાંકડો થતાં અપાનવાયુ નીચે ઊતરવાને બદલે ઊંચે ચઢે છે; અને પરિણામે વાછૂટ ઓછી થાય છે અને ઝાડો ધક્કાધાર્દને નીચે ઊતરતાં મુશ્કેલી પડે છે. અને જ્યારે ઝાડો ઊતરે છે ત્યારે ગુદામાંના અંકુરો સાથે કઠણ મળ ધસાય છે તેથી તેમાંથી ઝાડા સાથે લોહી પડે છે.

આ રોગમાં અપાનવાયુ અવળો ચાલતો હોવાથી બીજા વાયુઓને પણ બગાડે છે, તેથી વખત જતાં રોગીને ‘હોષ્યાં’ ‘હોષ્યાં’ થયા કરે છે, હૃદય પર પણ વાયુનું દબાણ રહે છે અને દરદી બીજા અનેક રીતે હેરાન થાય છે.

ન્યારે આહારવિહારના કુપચ્ચને લીધે લોહીના બહુ ભરાવો થાય ત્યારે યુદ્ધમાંના ઊપસેલા અંકુરોમાં લોહી સમાઈ શકતું નથી, ત્યારે તે ફાટે છે અને તેમાંથી લોહી પડે છે. આવા હરસને દ્વઝતા હરસ કહેવામાં આવે છે.

જેનો ફૂલાનો ભાગ વધી ગયો હોય અને જેને ‘હોષ્યાં’ ‘હોષ્યાં’ થયા કરતું હોય તેને હરસનો રોગ હોવાનું અનુમાન કરી શકાય છે.

સામાન્ય રીતે બહુ બેસી રહેનાર અને બેઠાંબેઠાં જ કામ કરનાર માણસને હરસ થવાનો વધારે સંભવ રહે છે.

**હરસના પ્રકાર :** હરસ ઉપચારની દૃષ્ટિએ બે જાતના ગણવા : દ્વઝતા અને નહિ દ્વઝતા: એટલે જેમાં લોહી પડે એવા અને લોહી ન પડે એવા.

**હરસની ભયંકરતા :** હરસને લીધે અપાનવાયુ બગડીને બીજા ચારે વાયુને બગાડે છે. તેથી શરીરના ગમે તે ભાગમાં એની ખરાબ અસર થાય છે. ખાસ કરીને હોઝરી, આંતરડાં, હૃદય વગેરે સજ્જડ ચર્ધ જાય છે; માટે બંધકોષ થાય એટલે હરસ થયા છે એમ સમજી તરત ઉપચાર શરૂ કરવો.

**હરસના ઉપાય :** દ્વઝતા અને નહિ દ્વઝતા એ બન્ને પ્રકારના હરસ માટે ત્રણ બાબતો છે અને એક આંતરક્રિયા છે. (૧) હરસને કાપવાની, (૨) ફારથી બાળવાની અને (૩) અગ્નિથી બાળવાની એ ત્રણ બાબતો છે. અને બગડેલા વાયુનું અનુલોમન કરવા હીમજ લેવી એ એક આંતરક્રિયા છે.

હરસ દૂઝતા હોય તો દરદી પીળો પડે ત્યાંસુધી દૂઝવા દેવા; કેમ કે શરૂઆતમાં બગડેલું લોહી પડે છે તેથી તેને પડતું રોકવું નહિ. તે રોકવાથી બીજા રોગ થાય છે. પછી એને રોજ સવારે થોડીથોડી હીમજ આપી વાયુનું અનુલોમન કરવું. પણ હરસ દૂઝતા ન હોય તો હીમજ એક તોલો રોજ સવારે આપવી.

હરસના દરદીને ગાયના દૂધની છાશ સાથે દિવસમાં એવાર નીચેનું ચૂર્ણ દરેક વખતે તોલો ૧૧ (અડધો) ફક્કાવવું.

**હરસનું ચૂર્ણ :** હીમજ, ઇંદ્રજવ, નાગકેસર અને વાવડિંગ; એ ચારે સમભાગે લઈ, ખાંડી, એનું વજ્રગાળ ચૂર્ણ કરવું.

**હરસમાં ખોરાક :** હરસના દરદીને ભૂખ પ્રમાણે ગાયના દૂધની છાશ અને ભાત કે ખીચડી આપવાં. શાક સૂરણનું આપવું. જઠરાગ્નિ સારો હોય તો સૂરણ લીમાં તળવું, નહિ તો તેલમાં તળવું. હરસનો દરદી બહુ નળજો પડી ગયો હોય, તો ભૂખ પ્રમાણે છાશને બદલે ભેંશના દૂધનું દહીં આપવું.

**હરસમાં ઉપવાસ ન કરવા :** હરસમાં ઉપવાસ કરાવવા નહિ. ઉપવાસથી વાયુનો વધારો થાય છે, બ્યારે હરસમાં વાયુનો વધારો નુકસાનકારક થઈ પડે છે. આ રોગમાં વાયુના અનુલોમનની જરૂર હોય છે અને હીમજ લેવાથી વાયુનું અનુલોમન થાય છે.

## ૬ : અભણ્—અભરણ (Indigestion, Dyspepsia)

હોજરીમાં ખોરાક શી રીતે પચે છે? હોજરી ડૂંટી સુધી નીચી હોય છે. હોજરીની પાછળ હોજરી સાથે જોડાઈને કલોમ (પિપાસાસ્થાન=Pancreas) આડું પડેલું છે. તેમાં તલ જેવડી અગ્નિશિખા છે. તેનાથી ખાધેલું પચે છે. એ અગ્નિનું નામ જઠરાગ્નિ છે. એવો ચરક ભગવાનનો મત છે. અગ્નિજ વૈદક

માને છે કે હોનરી એક પ્રકારનો ખાટો રસ ખોરાકમાં ભેળવે છે તેથી ખોરાક પચે છે. એ ખાટા રસને હાઈડ્રોક્લોરિક એસિડ કહેવામાં આવે છે. એને યુરિયાટિક એસિડ પણ કહેવામાં આવે છે. વળી કેટલાક એમ માને છે કે પિત્તમાં જ અગ્નિ છે અને એ પિત્ત હોનરીમાં આવી ખોરાકને પચાવે છે. હોનરીમાંથી ખોરાક ન્યારે ગ્રહણીમાં જાય છે ત્યારે કાળજીમાંથી પિત્ત અને ક્લોમમાંથી ક્લોમરસ-એ બે રસ ભેગા થઈ ગ્રહણીમાં જાય છે. તેથી ગ્રહણીમાં પણ ખોરાક પચે છે. આવા મતમતાંતરોના ખંડનખંડનમાં હાલ ન ઊતરતાં આપણે કામપૂરતું એવું સ્વીકારીશું કે ક્લોમમાં રહેલો જઠરાગ્નિ ખોરાકને પચાવે છે.

**જઠરાગ્નિના ચાર પ્રકાર :** જઠરાગ્નિ ચાર પ્રકારનો છે : સમ, મંદ, તીક્ષ્ણ અને વિષમ. ન્યારે અગ્નિ સમ હોય ત્યારે આરોગ્ય બરાબર સચવાઈ રહે છે. કદ વધારે હોય તો અગ્નિ મંદ થાય છે, પિત્ત વધારે હોય તો અગ્નિ તીક્ષ્ણ હોય છે અને વાયુ વધારે હોય તો અગ્નિ વિષમ એટલે ઢંગધડાવગરનો હોય છે.

**અજીર્ણના પ્રકાર :** મંદાગ્નિથી આમાજીર્ણ થાય છે. તીક્ષ્ણ અગ્નિથી વિદગ્ધાજીર્ણ થાય છે. વિષમ અગ્નિથી વિષ્ઠગ્ધાજીર્ણ થાય છે. ત્રણે દોષોથી એટલે વાત, પિત્ત અને કફના કોપથી પણ અજીર્ણ થાય છે. વળી રસશેષાજીર્ણ અને પ્રતિવાસર અજીર્ણ એવા અજીર્ણના બીજા બે પ્રકાર છે, પણ તે નામના જ છે. એના ઉપચાર કરવા પડતા નથી.

**અજીર્ણનું લક્ષણ :** અજીર્ણનું ખાસ લક્ષણ એ છે કે દરદીનું મોં સોજા વિના પણ આમથી ભારે ને મોટું થઈ ગયેલું જણાય છે.

(૧) આમાજીર્ણમાં પેટ તથા શરીર ભારે રહે, જિહ્વાની હાજત થયા કરે, ગાલ તથા આંખના ડોળા ઉપર થોથર (ફેફર) જણાય, ખાધેલું ન પચ્યા જેવા ઓડકાર આવ્યા કરે અને મળ કાચો



ગિતરે. (૨) વિદગ્ધાજીર્ણમાં બમ, તરસ, મૂચ્છા, બળતરા વગેરે મરમીના ઉપદ્રવો થાય, ધુમાડાવાળા ખાટા ઓડકાર આવે અને પરસેવો વળે. (૩) વિષ્ટબ્ધાજીર્ણમાં શળ, આક્રેરો વગેરે વાયુની અનેક પ્રકારની પીડા થાય, મળ તથા વાછૂટ રોડાય, અંગો સજ્જડ થઈ જાય, મૂચ્છા આવે અને અંતમાં સોયો ભોંકાયા જેવી પીડા થાય. (૪) રસશેષાજીર્ણમાં અન્ન ઉપર અરુચિ થાય, છાતીમાં ફુખાવો થાય, શરીર ભારે રહે અને બેચેની રહે.

**આમાજીર્ણના ઉપાય :** આમાજીર્ણમાં ઉપવાસ કરાવવા. ન્યારે જામ પાકી જાય એટલે ઝાડો, કદ વગેરે પાણીમાં તરે એવા થાય અને આમાજીર્ણનાં લક્ષણો નાબૂદ થાય ત્યારે ઉપવાસ છોડીને તાવના પ્રકરણમાં જણાવેલા ક્રમ પ્રમાણે ખોરાક આપવો અને હીમજ રોજ આપવી.

**વિદગ્ધાજીર્ણના ઉપાય :** વિદગ્ધાજીર્ણમાં પહેલાં કાળી દ્રાક્ષ અને સાકર સાથે સૂંઠ, મરી અને પીપરનું ચૂર્ણ પાચન ઔષધ તરીકે આપવું, પછી સાથે ઉપવાસ કરાવવા. ઉપવાસ છૂટ્યા પછી હલકો ખોરાક ભૂખ પ્રમાણે આપવો અને હીમજ રોજ આપવી.

**વિષ્ટબ્ધાજીર્ણના ઉપાય :** ગિના પાણી સાથે દિવેલનો રેચ રોજ આપવો. શળ વગેરે ફુખાવો હોય ત્યાંસુધી ઉપવાસ પણ કરાવવા. ઉપવાસ છૂટ્યા પછી હલકો ખોરાક ભૂખ પ્રમાણે આપવો. પાચન ઔષધમાં ત્રિકટુ એટલે સૂંઠ, મરી અને પીપરનું ચૂર્ણ આપવું. દિવેલનો રેચ લીધા પછી ત્રણ દિવસ સુધી ઠંડું અન્નપાન ન લેવું તેમ જ ભારે ખોરાક પણ ન ખાવો.

**અજીર્ણમાં કેવું પાણી પિવાય ?** ઉકાળ્યા પછી અડધું ખાકી રહેલું પાણી બધાં અજીર્ણમાં પીવા આપવું.

**અજીર્ણ બગડે તો શું થાય ?** અજીર્ણમાં યોગ્ય ઉપચાર ન થાય તથા આહારવિહારનું કુપથ થાય તો અજીર્ણ બગડે છે; અને

પરિણામે વિષૂચિકા, અલસક અને વિકલ્મચિકા, એ ત્રણે રોગ થાય છે. કોગળિયામાં શુ" થાય ? વિષૂચિકા (કોલેરા, કોગળિયા)માં શરીરની દ્રવ ધાતુઓ ધોળા ઝાડગિલટી દ્વારા નીકળી જાય છે. આ રીતે લોહીમાંથી પણ દ્રવ તત્ત્વ નીકળી જતાં લોહી ઘટ્ટ બની જાય છે; અને તેથી ઘટ્ટ લોહીને ધકેલી ન શકવાથી હૃદય બંધ પડી જાય છે.

**કોગળિયાના ઉપાય :** વિષૂચિકામાં ઉપવાસ કરાવવા, પાણી પાવાતું બંધ કરવું, ખાટાં લિંબુનો રસ પુષ્કળ પાયા કરવો. આ રસ પોતે જ ખાટો હોવાથી તરત જ સોતોવાટે ચુસાઈ જઈ લોહીને ઘટ્ટ થવા દેશે નહિ અને દરદી બચી જશે. (વધુ વિગત માટે જુઓ: 'વૈદકના અકસીર ઉપાયો'માં શ્લોક ૪ નીચેની નોંધ).

**અલસકાનું લક્ષણ અને ઉપાય :** અલસકામાં ખોરાક હોજરીમાં આળસીને પચ્યા વિના પચો રહે છે. તે વખતે હોજરી કઠણ બની જાય છે. આ રોગમાં ઔષધ તરીકે લસણ અને મીઠું ચોળીને ખવડાવવાં. અને જરૂર લાગે તો રોજ સવારે હીમજ પણ આપવી.

**વિકલ્મચિકાનું લક્ષણ અને અસાધ્યતા :** વિકલ્મચિકામાં પેટમાં પડેલો ખોરાક પચતો નથી અને પેટમાં વાયુ ભરાવાથી પેટ ફૂલી જાય છે; અને ધીમેધીમે રોગ વધતાં હૃદય એકદમ બંધ પડી જાય છે. આ રોગને લીધે આજના જમાનામાં મોટે ભાગે હાટફેલ થાય છે. આ રોગમાં ઉપચાર કરવાનો સમય રહેતો નથી તેથી એ ઉપચાર કરવા યોગ્ય નથી.

**બરમક રોગની ઉત્પત્તિ અને લક્ષણ :** વિદગ્ધાજીર્ણ બગડે અને પિત્ત ખાટું થઈ વધી પડે, તેથી હોજરીમાં પિત્તની ઝરમી એટલી બધી વધી પડે કે આખો દિવસ જૂખ રહ્યા કરે અને નેટલું ખાય તેટલું ઓધું પડે, ખાધાનો સંતોષ જ ન થાય, પેશાબ થાય પણ ઝાડો ન થાય, ખાધા છતાં દરદી દિવસેદિવસે દુબળો પડે. આને બરમક રોગ કહેવામાં આવે છે.

**ભરમક રોગનો ઉપાય :** ભરમક રોગમાં કેળાં, ભેંસનું દૂધ, ઘી, પ્રાણીનાં બારે માંસ વગેરે પચવામાં દુર્ગંધ (બારે) ખોરાક આપવો. હીમજ આપવાથી ફાયદો થાય છે.

### ૭ : કૃમિરોગ-કરમિયા ( Worms )

**કરમિયાની ઉત્પત્તિ :** બધી જાતના કરમિયા આમમાંથી પેદા થાય છે.

**વીસ જાતના કરમ :** કયાં અને કેવી રીતે રહે છે ? શરીરની અંદરના તથા બહારના બધે જાતના કરમ મળી કરમ કુલ વીસ જાતના હોય છે. કેટલાક કરમ લોહીમાં રહે છે અને લોહી સાથે ફરે છે. કેટલાક હોજરીમાં, કેટલાક આંતરડાંમાં અને કેટલાક મળાશયમાં રહે છે. શરીરની બહારના કરમ વાળમાં જૂડપે, માથામાં લીખડપે, પાંપણમાં, છાતીના વાળમાં અને આખા શરીરે વળગીને સાંવા- ( સવા ) રૂપે રહે છે. લોહીના કરમ અને જૂ સિવાયના બધા કરમ શરીરને વળગીને શરીરમાં પોતાના પગ ખોસીને રહે છે.

**કરમિયાના ઉપદ્રવો :** કરમને લીધે ( પાંકુ થાય ) શરીર શીકું પડે, ઊબકા આવે, ગભરામણ થાય, મોંમાંથી લાળ પડે, તાવ આવે, ઊલટી થાય અને ઝાડા પણ થાય. લોહીમાં રહેતા કરમિયાથી ખસ, દાદર વગેરે ચામડીનાં દરદ થાય છે.

**કરમિયા જીવતા કાઢવાનો ચમત્કાર :** મોટાને ચણા જેટલો અને નાનાને અડધા ચણા જેટલો ખુરાસાની અજમેા દિવસમાં બળેવાર આપવાથી કરમ જીવતા ને જીવતા શરીરમાંથી મળવાટે બહાર નીકળે છે. ખુરાસાની અજમેા ઝેર છે માટે તે સંભાળીને પ્રમાણસર આપવો.

**સચોટ ઉપાય :** વાવડિંગનું ચૂર્ણ તોલો ૧ પાણી સાથે

દિવસમાં એવાર રોજ ફકાવવાથી બહારના તથા અંદરના કરમ નાશ પામે છે અને નવા ઉત્પન્ન થતા નથી.

વળી શરીરની બહારના કરમ બહુ થયા હોય, તો વાવડિંગ ફકાવવા ઉપરાંત દરદીને વાવડિંગ સાથે ઉકાળેલા પાણી વડે નવડાવવો.

વાવડિંગનું ઉપર પ્રમાણેનું સેવન બે મહિના સુધી કરાવવું અને રોજ સવારે હીમજ આપવી.

પથ્ય ખોરાક : દાળ, ખાત, ખીચડી અને શાકનો સાદો ખોરાક આપવો.

## ૮ : પાંડુ-લોહી ઓછું થવું ( Anaemia )

પાંડુરોગ સ્વતંત્ર પણ છે અને ઉપદ્રવરૂપ પણ છે.

સ્વતંત્ર પાંડુરોગની ઉત્પત્તિ અને લક્ષણ : પિત્ત કરે એવો ઘણો ખોરાક ખાવાથી પિત્ત બગડે છે. તે જઠરાગ્નિને મંદ કરી નાખે છે, તેથી આમ ઉત્પન્ન થાય છે. એ આમ રસના સ્થાનમાં એટલે હૃદયમાં જાય છે. ત્યાં સાધકપિત્તને બગાડે છે અને ઓજસને પણ બગાડે છે. તેથી બીક લાગે છે, છાતીના ધડકારા વધી જાય છે, શરીર તથા મનને અશક્તિ લાગે છે; પછી હૃદયમાંથી આમ કાળજી- ( Liver )માં જાય છે. ત્યાં રંજકપિત્તને બગાડે છે, તેથી લોહીમાં રંગ આવતો નથી.

ન્યારે આ બગડેલું રંગાયાવિનાનું આમયુક્ત લોહી ફરતું-ફરતું ચામડી નીચે શરીરમાં ફરે છે, ત્યારે બ્રાજકપિત્તને બગાડે છે. તેથી ચામડી ઘોળી દેખાય છે અને બગડે છે. પછી ચામડી ઉપર ચાંદાં પડે છે અને ખણજ આવે છે.

માટી ખાવાથી થતો પાંડુ : માટી ખાવાથી પણ પાંડુ-રોગ થાય છે. શરીરમાં રસ પહોંચાડનારા માગ્ની ( સ્રોતો ) માટી

ખાવાથી બંધ થઈ જાય છે તેથી શરીરને પૂરતું પોષણ મળી શકતું નથી. તેથી શરીર ફિક્કું પડી જાય છે. માટી ખાવાથી પાંડુ સિવાય બીજાને કોઈ રોગ થતો નથી, તેથી માટી ખાવાથી થતા પાંડુની અણતરી જુદી કરવામાં આવે છે.

**ઉપદ્રવરૂપ પાંડુ :** તાવ, હરસ, પ્રદર ( લોહીવા ), રક્તપિત્ત વગેરે રોગોને લીધે પણ પાછળથી પાંડુરોગ થાય છે. તે ઉપદ્રવરૂપ પાંડુ (Secondary Anaemia) કહેવાય છે.

**પાંડુકી એટલે શું ?** સ્વતંત્ર કે ઉપદ્રવરૂપ પાંડુરોગ બગડે છે ત્યારે અસાધ્ય બને છે. તેને પાંડુકી અથવા પાંડુકીન ( Pernicious Annemia ) કહેવામાં આવે છે.

ઉપચારની દૃષ્ટિએ પાંડુ એક જ પ્રકારનો ગણવેા.

**પાંડુના ઉપાય :** રોગ એક તોલો હીમજ આપવાથી, રોગ અડધો શેર ગોમૂત્ર પાવાથી અને મધમાં એક તોલો ત્રિક્ષ્ણા દિવસમાં બેવાર આપવાથી પાંડુ મટે છે.

**પથ્ય ખોરાક :** ગાયનું દૂધ અને ભાત, દાળભાત, ખીચડી, શાક અને ખાસ કરીને કાળાં કઠોળ આપવાં.

## ૯ : કામલા-કમળો-પીળિયો (Jaundice)

આ રોગ સ્વતંત્ર રીતે પણ થાય છે અને પાંડુરોગ બગડવાથી પણ થાય છે.

**ઉપદ્રવરૂપ કમળાની ઉત્પત્તિ :** જે પાંડુરોગીના આહાર-વિહાર પિત્ત કરે એવા હોય, તેનું કોઠામાં અને હાથપગમાં રહેલું પિત્ત લોહી તથા માંસને બાળે છે તેથી કમળો થાય છે.

**કમળાનાં લક્ષણો :** કમળામાં આંખ, પેશાબ, આમડી, નખ, મોં અને ઝાડો પીળાં હળદર જેવાં હોય છે. શરીરમાં બળતરા

થાય છે, ખાધુંપીધું પચતું નથી, તરસ લાગ્યા કરે છે, કમળાનો રોગી દેડકા જેવો પીળો દેખાય છે અને છદ્વિયો પોતપોતાના વિષયમાં અસક્ત થઈ જાય છે.

**સ્વતંત્ર કમળાની ઉત્પત્તિ :** જેનામાં મૂળ જ બહુ પિત્ત હોય, છતાં પિત્ત કરે એવા આહારવિહારનું જે સેવન કર્યા કરે, તેને પાંડુરોગ થયા વિના પણ સ્વતંત્ર રીતે કમળો થાય છે.

**કુંભકમળો :** કમળાના રોગમાં જે યોગ્ય ઉપાય ન થાય અને તેથી શરીરનું ધડ (કુંભ) પ્રમાણમાં વધારે પીળું થઈ જાય, તો એ કુંભ કમળો કહેવાય છે. કુંભ કમળો મટવો મુશ્કેલ હોય છે.

પુષ્કળ હીમજ આપવી, પુષ્કળ ગોમૂત્ર આપવું. ખોરાકમાં દૂધ, ભાત, કાળી વસ્તુઓ અને પિત્તશામક શેરડી વગેરે ઠંડી વસ્તુઓ પણ આપવી.

દૂધમાં પાંચ-છ પીપર ઉકાળી દિવસમાં જેવાર દૂધ પાવું. પાશેર દૂધમાં પીપર નાખીને પાશેર પાણી નાખીને ઉકાળવું. પછી ૦૧ શેર પાણી બળી જાય અને પાશેર દૂધ બાકી રહે એટલે ઉતારી લેવું, ને ઠંડું પચા પછી પીપર ચાવી જની અને ઉપર એ જ દૂધ પી જવું.

## ૧૦ : હલીમક

**હલીમક ક્યારે થાય ?** જ્યારે પાંડુરોગમાં વાતપિત્તને લીધે શરીર લીલું, કાળું અને પીળું પડી જાય, ચક્કર આવે, તરસ લાગ્યા કરે, સ્ત્રી જોઈને હર્ષ ન થાય, ઝીણો તાવ રહે, મુસ્તી રહે, બળ ઘટી જાય અને જઠરાગ્નિ મંદ પડી જાય ત્યારે હલીમક રોગ થયો છે એમ જાણવું. હલીમકનાં ખીજાં નામ લોઠર અને અલસ છે. આ રોગ સ્વતંત્ર રીતે થાય છે તેમ પાંડુ અને કમળો બગડવાથી પણ થાય છે. દત્તા તથા ખોરાક કમળા જેવાં આપવાં.

## ૧૧ : રક્તપિત્ત ( Haemorrhage )

**રક્તપિત્ત કેવી રીતે થાય ?** મંદ અગ્નિને લીધે હોળરીનું તથા કાળજનું પિત્ત રાતું થાય છે. તે જ્યારે શરીરમાંથી બમે તે માર્ગે થોડા લોહી સાથે બહાર નીકળે છે, ત્યારે રક્તપિત્તનો રોગ થયો કહેવાય છે.

**રક્તપિત્ત વિષે ગેરસમજ :** રક્તપિત્તના રોગમાં ઝાડા-બિલ્લી વગેરે દ્વારા જે લાલ દ્રવ નીકળે છે તે જો એકલું લોહી હોય તો દરરોજ શરીરમાંથી એટલું બધું લોહી નીકળવાથી દરદી મરી જવો જોઈએ; પણ તેમ થતું નથી. માટે ઝાડા-બિલ્લીમાં નીકળતો લાલ રંગનો પદાર્થ એકલું લોહી નથી પણ થોડા લોહી સાથે નીકળતું લાલ પિત્ત છે.

**રક્તપિત્ત અને ઉરઃક્ષત વચ્ચે તફાવત :** રક્તપિત્તને ઉરઃક્ષત ( Pulmonary Cavitation ) નામના રોગ સાથે ભેળવી ન દેવાય એ માટે સાવચેત રહેવું જોઈએ. ઉરઃક્ષતમાં તો કોઈ પણ કારણસર ફેફસાંમાં ક્ષત ( ધા ) પડે તેમાંથી નીકળતું લોહી ગળકા સાથે પડે છે, જ્યારે રક્તપિત્તમાં તો હોળરી વગેરેમાંથી રાતું પિત્ત જીદેજીદે માર્ગે વહે છે. માટે એ બન્ને રોગ તફાવત જુદા છે.

**ઉર્ધ્વગામી રક્તપિત્ત :** જે રાતું પિત્ત ડૂંટીથી ઉપરના શરીરના કોઈ પણ દારમાંથી એટલે મોં, કાન, આંખ, નાક, પેઢાં વગેરે દ્વારા નીકળે, તો એ ઉર્ધ્વગામી રક્તપિત્ત કહેવાય છે.

**અધોગામી રક્તપિત્ત :** જે રાતું પિત્ત ડૂંટીની નીચેના કોઈ દારમાંથી એટલે ઝાડા-પેશાબના માર્ગ દ્વારા નીકળે તો તે અધોગામી રક્તપિત્ત કહેવાય છે.

**ઉલ્લયગામી રક્તપિત્ત :** જે ડૂંટી ઉપરના અને ડૂંટી

નીચેના એમ બે તરફનાં દારોમાંથી રક્તપિત્ત નીકળે તો તે ઉભયગામી રક્તપિત્ત કહેવાય છે. નાક, કાન, આંખો વગેરે દ્વારા જે પિત્ત નીકળે છે તે શિરા કે તેનાં જાળાં તૂટીને નીકળે છે. તેમાં લોહી થોડું જ હોય છે, પિત્તનો ભાગ અધિક હોય છે. વળી આ રાતું પિત્ત શરીરનાં ફંવાડેફંવાડે પણ બહાર નીકળે છે.

**ઉર્ધ્વગામી રક્તપિત્તના ઉપાય :** ઉર્ધ્વગામી રક્તપિત્તમાં પિત્તને નીચે લઈ જવાના ઉપચાર કરવા. તે માટે રોજ સવારે હીમજ તોલો ૧ આપવી. અરડૂસીનાં પાનનો બે તોલા રસ રોજ બે વખત પાવો.

**અધોગામી રક્તપિત્તના ઉપાય :** અધોગામી રક્તપિત્તમાં પિત્તને જીએ લઈ જવાના ઉપચાર કરવા. તે માટે બેલટી કરાવવી. બેલટી કરાવવા માટે મીંઢળની છાત્ર તોલો ૧ વાટીને પાણી સાથે પાવી. વળી દિવસમાં ત્રણવાર નાગકેસર તોલો ૧ કે રસવંતી તોલો ૦.૫ કે અરડૂસીનાં પાનનો રસ બે તોલા—એ ત્રણમાંથી ગમે તે એક દવા આપવી. હીમજ આપવી નહિ.

**ઉભયગામી રક્તપિત્તનો ઉપાય :** ઉભયગામી રક્તપિત્તમાં લંઘન સિવાય બીજો ઉપાય નથી.

**નસકોરી ફૂટે તો શું કરવું ?** નસકોરી ફૂટે તો તાત્કાલિક ધલાજ તરીકે માથે પાણી રેડવું અને માથે બીની માટી મૂકવી. કુલાવ્યા વિનાની ફટકડીના પાણીનાં ટીપાં નાકમાં નાખવાં. અઢી તોલા પાણીમાં વૂંદે તોલો ફટકડીનું પ્રમાણ રાખવું.

**પથ્ય ખોરાક :** ખોરાકમાં મગની દાળ અને ભાત આપવાં. દ્રાક્ષ, શેરડી, સાકર વગેરે પિત્તશામક વસ્તુઓ હાથદો કરે છે.



## ૧૨ : રાજ્યક્ષમા—ક્ષય (Consumption, Phthisis)

**ક્ષયની સમજ :** ક્ષય એટલે ઘસારો—નાશ. એ અનેક પ્રકારે થાય છે. ઘડપણને લીધે શરીરમાં પોષણ અઠાવનાર માગો (સ્રોતો) પુરાઈ નય અને પોષણ પૂરું પડે નહિ, તેથી શરીર ઘસાતું જાય છે. એ વાર્ધક્યશોષ કહેવાય છે. એ જ પ્રમાણે અતિશ્રમથી, અતિપ્રવાસથી અને ઉધરસથી પણ શોષ-ઘસારો એટલે ક્ષય થાય છે.

**અનુલોમ ક્ષય :** ક્ષય મુખ્યત્વે બે પ્રકારનો છે : અનુલોમ અને પ્રતિલોમ. જ્યારે તાવ ખગડે ત્યારે વિષમજ્વર થાય છે. વિષમ જ્વર પાંચ જાતનો છે. તેમાંથી સંતતજ્વરમાં દોષ અજરસમાં રહે છે, સતતજ્વરમાં લોહીમાં રહે છે, અન્યેચ્છુષ્કજ્વરમાં માંસમાં રહે છે, તૃતીયકજ્વરમાં ચરબીમાં રહે છે અને ચાતુર્થિકજ્વરમાં ચરબીમાં, હાડકાંમાં કે મજ્જામાં રહે છે. આ રીતે રસથી શરૂ થઈ એક પછી એક ધાતુ સુકાતી જાય છે; કારણ કે તાવમાં કુપચ્ચ થવાથી સ્રોતો પુરાય છે અને તેથી ધાતુઓને જોઈતું પોષણ મળતું નથી. આ ધાતુઓનો ક્ષય હાડકાં પછી મજ્જા ને મજ્જા પછી વીર્યને પણ સૂકવી નાખે છે. આને અનુલોમ ક્ષય કહેવામાં આવે છે. જ્યાંસુધી આ ક્ષય ચાતુર્થિક જ્વરની દશાથી આગળ જઈને મજ્જા અને શુક્રને સૂકવવા માંડતો નથી, ત્યાંસુધી એ સાધ્ય એટલે મટી શકે એવો છે; પણ જ્યારે એ મજ્જા અને વીર્યને પણ સૂકવવા માંડે ત્યારે દુઃસાધ્ય એટલે મટાડવો મુશ્કેલ થઈ પડે છે. વિષમજ્વર સિવાય ખીજ તાવ ખગડે તોપણ ક્ષય થઈ શકે છે.

**પ્રતિલોમ ક્ષય :** અતિશય સ્ત્રીસંગથી વીર્યનો વધારેપડતો આવ થઈ જવાથી વીર્યના ખાલી પડેલા સ્થાનમાં વાયુ ભરાય છે. એ વાયુ મજ્જાને સૂકવે છે. પછી મજ્જા સુકાવાથી ખાલી પડેલા મજ્જાના સ્થાનમાં વાયુ ભરાય છે. તે વાયુ હાડકાંને સૂકવે છે. આમ વાયુ ઉત્તરોત્તર એક પછી એક ધાતુને સૂકવતોસૂકવતો

છેવટે અનરસને પણ હોળરીમાં સૂકવી નાખે છે અને હોળરીમાં વ્યાપી જાય છે. આથી જેટલો અનરસ હોળરીમાં પડે તે સુકાઈ જાય છે અને શરીરને નવું પોષણ મળતું બંધ થાય છે એટલે શરીર સુકાતું જાય છે. આને પ્રતિલોભ ધાતુક્ષય કહેવામાં આવે છે. આ ક્ષયમાં પણ વાયુ હાડકાંને સૂકવવા માટે એટલે તે મટવો મુશ્કેલ બને છે.

ક્ષયમાં તાવ કેમ રહે છે ? ક્ષયમાં સુકાતી ધાતુઓની જગા પૂરવા માટે હવા (ઓક્સિજન વાયુ) ની વધારે જરૂર પડે છે. એટલે વધારે હવા લેવી પડતી હોવાથી શરીર વધારે ગરમ રહે છે. તેથી ક્ષયમાં ૧૦૨° સુધી કે તેથી થોડો ઓછો તાવ રહે છે. પણ જ્યારે આહારવિહારનું કુપચ્ચ થાય ત્યારે તાવ ૧૦૨° કરતાં પણ વધી જાય છે.

ક્ષયમાં શું ન કરવું ? ક્ષયમાં તાવ જો ૧૦૨ ° થી વધારે હોય તો જ ઉપવાસ કરાવવા, તે શિવાય ક્ષયમાં ઉપવાસ કરાવવા નહિ. ક્ષયમાં હીમજ આપવી નહિ તેમ જ કોઈ પણ જાતનો રસ આપવો નહિ.

**ક્ષયના ઉપાય :** ક્ષયમાં પોષણ પૂરું પાડનારાં બંધ થયેલાં સ્રોતોને ખુલાં કરવા માટે દાર (Port wine) કે દ્રાક્ષાસવ પાવો. એથી સ્રોતોને રૂંધનાર કફ ઓગળી જાય. દ્રાક્ષાસવ પછી અડધા કલાકે બકરીનું દૂધ, બકરીના દૂધનું ઘી, ગળ્યા પદાર્થો, દાળભાત, ખીચડી, શાક, થોડી રોટલી વગેરે ખોરાકમાં આપવાં. દવામાં, અરડૂસીનાં પાંદડાંનો એ તોલા રસ રોજ બેવાર આપવો. વધારે ઉધરસ હોય તો આ રસ રોજ ત્રણવાર આપવો. અરડૂસીથી લોહી ઘટી થાય છે, તેથી લોહી પડતું બંધ થાય છે. વળી અરડૂસીથી દસ્ત પણ સાફ થતરે છે.

વાસકપૂર તોલો ૧, ખેરસાર તોલો ૧ અને સોનાનો વરખ તોલા ૨—એ ત્રણેને તે બરાબર એકરૂપ થઈ જાય એવાં વાટીને તેનું ચૂર્ણ બનાવવું. એ ચૂર્ણમાંથી સવારે અને સાંજે એકએક વાલ

ચૂર્ણ મધ સાથે ચટાડવું.

સિતોપલાદિ ચૂર્ણ આપવામાં વાંધો નથી પણ ઉધરસ વધી જાય તો સિતોપલાદિ ચૂર્ણ કે ગળ્યા પદાર્થો આપવા બંધ કરવા.

ઉપર કહેલો દારૂ (દ્રાક્ષનો દારૂ કે Port wine) દરેક ટૂંકે દોઢ-એ તોલા રોજ એવાર પાવો. તે પછી કલાક કે અડધા કલાકે ઉપર જણાવેલો ખોરાક આપવો, પણ વધારે ફાયદો કરવા માટે બન્ને ટૂંકે ખોરાકની શરૂઆતમાં બકરીના માંસનો રસ આપવો. ચાર તોલા બકરીના માંસના નાના ટુકડાને ૩૨ તોલા પાણીમાં ઉકાળી જ્યારે ચાર તોલા રસ બાકી રહે, ત્યારે ઉતારી, ગાળી, અંદર લી, ફિંજ અને જીરાનો વધાર કરવો. પછી એક તોલો રાંધેલા ખાત ભેજો એક-એ તોલા આ તૈયાર કરેલો માંસરસ આપી પછી બીજો ખોરાક આપવો. દરરોજ માંસરસ તાજે બનાવવો. પચી શકે તેમ વધતાંવધતાં પાણેર માંસરસ સુધી વધતાંવધતાં તો શરીર સારું થઈ જાય છે.

૧૩ : કાસ-ઉધરસ,+ ૧૪ : હિક્કા-હેડકી,

૧૫ : શ્વાસ-દમ અને ૧૬ : સ્વરભેદ\*

આ ચારે શ્વાસનળીના (Wind pipeના) રોગ છે.

સ્વરભેદ સિવાયના બીજા ત્રણ રોગોમાં હીમજ આપવી. સ્વરભેદ ક્ષયમાંથી ઉત્પન્ન થયો હોય તો એમાં લાંબણ કે હીમજ કામ આવતાં નથી.

---

+ Cough, Hiccough, Asthma & Hoarseness of Voice.

\* અવાજ ખોખરો થઈ બેસી જાય અને બોલતાં, અવાજ કાઢતાં મુશ્કેલી પડે.

**ઉપચાર :** ઉપરના ચારે રોગમાં અરડૂસી, સૂંક, બારિંગમૂળ અને બોરિંગડીને સમભાગે લઈ એનો ક્વાથ દિવસમાં બેવાર આપવો.

ઉપરના ચારે રોગમાં અધોળ આદુનો રસ તથા અમૃતમંજરીની બેત્રણ ગોળીઓ જમતા પહેલાં અડધે કલાકે દિવસમાં બેવાર આપવાં.

ઉધરસમાં કફ પડતો હોય કે સાથે તાવ હોય, તો ઉપવાસ કરાવવો. ઉધરસમાં જો કફ બોલતો હોય કે પડતો હોય કે મોં ચીકણું રહેતું હોય, તો દાળબાત, ખીચડી તથા શાકનો હલકો ને લૂખો ખોરાક આપવો. સૂકી ઉધરસમાં તાવ ન હોય તો બધો ખોરાક આપી શકાય. હેડકીમાં ઉપર જણાવેલી સામાન્ય દવા ઉપરાંત મધ તોલો ૦૫ અને પીપર ૧/૨ તોલો ચટાડવાં.

દમમાં સાથે તાવ હોય તો ઉપવાસ કરાવવો, ખોરાક ઉધરસ પ્રમાણે આપવો. ક્ષયથી થયેલા સ્વરભેદમાં બધો ખોરાક આપી શકાય.

### ૧૭ : અરુચિ ( Loss of Appetite, Anorexia )

**આમારુચિ શી રીતે થાય છે ?** અરુચિ ત્રણ રીતે થાય છે. જ્યારે હોજરીમાં આમ ભર્યો હોય છે, ત્યારે ભૂખ લાગતી નથી. તેથી ખાવાની રુચિ થતી નથી. આને આમારુચિ કહેવામાં આવે છે.

**અજીર્ણ અને આમારુચિમાં તફાવત :** અજીર્ણ અને આમારુચિમાં ફરક એ છે કે અજીર્ણમાં ઝાડા કે ઊલટી અથવા તે બંને થાય છે, પણ આમારુચિમાં એવા કોઈ ઉપદ્રવ થતા નથી.

**આમારુચિના ઉપાય :** આમારુચિમાં ખાવાની રુચિ થાય ત્યાંસુધી ઉપવાસ કરાવવા. ઉપવાસ દરમિયાન પણ હીમજ આપવી. ઉપવાસ છૂટ્યા પછી તાવના પ્રકરણમાં જણાવેલા ખોરાકનો ક્રમ ચમકરવો.

ખરો અરુચિનો રોગ થયો ક્યારે કહેવાય ? ખરો અરુચિનો રોગ તો ત્યારે થયો કહેવાય કે જ્યારે ભૂખ લાગવા છતાં ખાવું કે પીવું કે બંને ભાવે નહિ. ભૂખ લાગે ને ખાવા એસે ત્યારે દરદીને સૂગ હોય, એવી વસ્તુ જેવા કે સાંભળવાથી તથા સૂગ આવે એવું જેવાસાંભળવાથી ખાવુંપીવું ભાવતું નથી; અને કાળિયો મોંમાં મૂકે છતાં એ ગળે ઊતરતો નથી, ગળું તદ્દન સાફ હોવા છતાં પણ કાળિયો ગળે ઊતરતો નથી.

**અરુચિની ભયંકરતા :** અરુચિ રોગમાં ખવાય-પિવાય નહિ તેથી શરીરને પોષણ ન મળવાથી, જે તરત ન ચેતીએ તો અને દરદી ખાઈ ન શકે તો પરિણામે મૃત્યુ થાય છે.

**અરુચિના ઉપાય :** આવી અરુચિમાં રોજ હીમજ આપવી. રુચિ ઉત્પન્ન કરવા દવા તરીકે રોજ દિવસમાં ત્રણવાર દરેક વખતે ૦૧ તોલો આદુ થોડું સિંધાલુ ભભરાવી ચવડાવવું.

તાવના પ્રકરણમાં જણાવેલો મલમ મોંમાં આછો ચોપડવાથી તે રુચિ ઉત્પન્ન કરે છે.

આ ખીળ પ્રકારની ખરી અરુચિમાં દરદીને લલચાવી-ફાસલાવી એને મનગમતા પદાર્થ ખાવાપીવા આપવા. આમ એ બેચાર દિવસ ખાતોપીતો થાય એટલે તેની અરુચિ દૂર થવા માંડે છે.

**ઉપદ્રવ-અરુચિ : તેના ઉપાય :** વળી ઉંદર કરડે, મૂમડાં થાય વગેરે રોગોના ઉપદ્રવરૂપે પણ અરુચિ થાય છે. આવી ઉપદ્રવ-અરુચિ તે તે મૂળ રોગ મટે એટલે મટી જાય છે. આ અરુચિમાં પણ હીમજ આપવી.

## ૧૮ છદ્ધિ: -ઊલટી, હૃદાસ-ઊબકા

( Vomits, Dry Vomits )

**ઉપચાર :** ઊલટી તથા ઊબકામાં ઊલટી તથા ઊબકા બંધ થાય ત્યાંસુધી ઉપવાસ કરાવવા.

**ઉપવાસ પછી પાચન ઔષધ :** ઊલટી તથા ઊબકા બંધ થયા પછી પાચનમાં નીચે જણાવેલું હિંગવટક ( હિંગળાટક ) ચૂર્ણ દિવસમાં બેવાર અડધોઅડધો તોલો આપવું.

**હિંગળાટક ચૂર્ણની બનાવટ :** શેકેલી ચોખ્ખી હિંગ, સૂંઠ, કાળાં મરી, પીપર, બોડી અજમો, સિંધાલુલુ, જીરું અને શાહજીરું એ આઠે દવા સમભાગે લઈ તેનું વસ્ત્રમાળ ચૂર્ણ કરવું.

**ઉપવાસ પછીનો ખોરાક :** ઉપવાસ પછી ખોરાકમાં મમરાનું જવરું આપવું. ( જવરું શી રીતે બનાવવું તે માટે તાવનું પ્રકરણ જુઓ. બહિં વગેરેના જૂકાને બદલે મમરાનો જૂકો વાપરવો. ) પછી ધીમેધીમે દરદીને ખોરાક ઉપર ચડાવવો.

**કેવું અને કેટલું પાણી પીવું ?** ઊલટીમાં તથા ઊબકામાં જીનું કરીને અડધું બાકી રહેલું પાણી ઠારીને પાવું. પાણી બને તેટલું થોડું પીવું પણ સમૂળ્યું ન પીએ એવું ન કરવું.

## ૧૯ : તૃષા-તરસનો રોગ ( Thirst )

**તૃષારોગનું લક્ષણ :** તૃષા એ સ્વતંત્ર રોગ છે. એમાં આખો વખત તરસ લાગ્યા કરે છે.

**કેવું ને કેટલું પાણી પિવાય ?** એમાં જીનું કરીને અડધો-અડધ બાળીને ઠારેલું પાણી થોડુંથોડું આપવું.

**ઉપાય :** દવામાં એક તોલો કાળી દ્રાક્ષ અને એક તોલો ધાણા એ બંનેનો ભેગો ક્વાથ દિવસમાં બેવાર આપવો.

**ખોરાક :** દાળનું પાણી, મગનું પાણી અને ભાત વગેરે હલકો ખોરાક આપવો.

## ૨૦ : મૂર્છા-બેભાની, તાણ, તંદ્રા

(Cyncope, Hysteria, Coma)

મૂર્છારોગ સ્વતંત્ર થાય છે અને બીજા રોગોના ઉપદ્રવરૂપે પણ થાય છે.

**મૂર્છા, તાણ વગેરેના ઉપાય :** ગમે તે પ્રકારની મૂર્છામાં કપાલે ઠંડા પાણીની છાલકો મારવી અને પંખો નાખવો.

તાણ-હીસ્ટીરિયા આવે ત્યારે અથવા તાણ આવવાનાં ચિહ્નો જણાય ત્યારે નીચે જણાવેલું બેઆનીબાર નસ્ય નસકોરામાં ફૂંકવું. હરડે (હીમજ) રોજ આપવી.

**નસ્ય :** કાળાં મરી અને સિંધાલૂણનું વજ્રમાળ ચૂર્ણ સમભાગે ભેગું કરવું.

ઝેરથી થયેલી બેભાની, ઘેન, તાણ અણગમતને લીધે આવેલી મૂર્છામાં પણ રોજ હીમજ આપવી. દિવસમાં બેવાર બપોળે તોલો કાળી દ્રાક્ષ આપવી, કપાળ ઉપર પાણીની છાલકો મારવી અને સાથે પંખો નાખવો.

**મૂર્છા-તાણમાં પથ્ય ખોરાક :** ખોરાક હલકો આપવો તથા ખોરાકના અડધા કલાક પહેલાં અધોળ આફુનો રસ પાવો.

## ૨૧ : મદાત્મય-દાઝ વધારે પીવાથી થતા રોગ

(Alcoholism)

દાઝ એટલે શું? દાઝ મોટે ભાગે અમિતત્ત્વવાળું પાણી છે. પૃથ્વીના ઊંડાણમાં રહેતું પાણી ત્યાં રહેલા અમિતત્ત્વ સાથે ભળવાથી પેદોક્ષ વગેરે જેવાં તેલો અને છે. તેમ દ્રાક્ષ વગેરે પદાર્થોને આથો આણુવાથી, તે પાણીમાં અમિતત્ત્વ પેદા થાય છે ત્યારે દાઝ અને છે.

દાઝ પીવાની સારી અને માઠી અપસર : દાઝ માપસર પીવાથી શરીર અને બુદ્ધિ દિવ્ય અને છે, પણ જેમ અશીષુ ખાવાથી માણસ ઘેનમાં પડે છે અને ઊંઘી જાય છે તેમ દાઝ પીવાથી માણસને ઘેન આવે છે; પણ ઊંઘને બદલે શરૂઆતમાં બોલબોલ કરવા માંડે છે.

દાઝ પીવાથી રોગો કેમ થાય છે? દાઝના અમિથી જઠરાગ્નિ બહુ ઊઘડે છે. એટલે માપસર દાઝ પીનાર વધારે ખાઈ શકે છે અને શરીર સારું બંધાય છે; પણ દાઝનો ગુણ પીનારને બોલબોલ કરાવવાનો હોવાથી પીનાર વધારે ને વધારે દાઝ માગે છે અને એમ વધારે દાઝ પીવાથી રોગ થાય છે.

દાઝ વધારે પીવાથી તે ગરમ હોવાથી શરીરની સાતે ધાતુઓને સૂકવી રૂક્ષ બનાવે છે એટલે શરીર ખોખા જેવું થઈ જાય છે અને નિર્બળ અને છે. વળી દાઝ પીનાર ઘેનમાં ને ઘેનમાં વધારે જમે છે તેથી અજીર્ણ થાય છે, તાવ આવે છે, કિવર (કાળજી) તથા બરફ વધે છે અને તે ગાંડો અને છે.

મદાત્મય રોગ ક્યારે થયો કહેવાય? જો દાઝ વધારે પીવાથી એના ઉપદ્રવરૂપે ઉપરના કે બીજા રોગ થયા હોય, તો તે મદાત્મય થયો છે એમ કહેવાય છે.

મદાત્મયના ઉપાય : મદાત્મયમાં હીમજ તોલો ૧ આપવી. રોજ બે કે અઢી તોલા દાઝ પીવા દેવો. દાઝ સમૂળજો છોડાવી દેવાથી મદાત્મયના દરદીને નુકસાન થાય છે; માટે જે જાતનો દાઝ પીવાથી



મદાત્મક થયો હોય તેનાથી વિરુદ્ધ ગુણુવાળો દારૂ દરદીને રોજ બે કે ત્રણ તોફાન પાવે. દૂધ, છાશ, સાકર, દ્રાક્ષ વગેરે ઠંડા ઉપચાર કરવા. જૂપ પ્રમાણે હલકું ખાવા દેવું.

## ૨૨ : દાહ-બળતરા

બે પ્રકારના દાહ : દાહ બે પ્રકારના છે : આંતરદાહ અને બાહ્યદાહ. આંતરદાહમાં શરીરની અંદરના ભાગમાં બળતરા થાય છે અને બાહ્યદાહમાં ચામડી પર બળતરા થાય છે.

દાહ શાથી થાય ? પિત્ત એટલે અગ્નિનું પ્રમાણ શરીરમાં વધવાથી દાહ થાય છે. વધારે દારૂ પીવાથી શરીરમાં લોહી વધે છે તે સાથે પિત્ત પણ વધે છે તેથી લોહી તર્પણ કરનાર ધાતુ છે એટલે લોહી નીકળે ત્યારે તર્પણ ન થવાથી, મૂઠ માર વાગવાથી લોહી શરીરમાં જમા થઈ તે કેકાણે સોળે આવવાથી, ધાતુક્ષયથી, તેમ જ ખીજાં કારણોને લીધે પિત્તનું પ્રમાણ વધવાથી દાહ થાય છે.

ઉપાય : ધાણા અને કાળી દ્રાક્ષ પાણીમાં ચોળીને પીવાથી આંતરદાહ અને બાહ્યદાહ મટે છે. વળી આંતરદાહવાળાને હરડે આપવી અને બાહ્યદાહવાળાને અનેકવાર ધોયેલું ઠંડું ઘી શરીરે ચોપડવું.

પથ્ય ખોરાક : ખાવામાં દાળભાત, દૂધ વગેરે ઠંડક કરનાર હલકા ખોરાક આપવો.

## ૨૩ : ઉન્માદ-ગાંડપણ (Insanity, Lunacy)

ઉન્માદના પ્રકાર : ઉન્માદ અનેક પ્રકારનો છે. ઉન્માદ દરમિયાન દરદીમાં જેવાં લક્ષણ વ્યક્ત થાય છે તેવો ઉન્માદ કહેવાય છે; જેમ કે દેવોન્માદ, પિતૃઉન્માદ, રાક્ષસોન્માદ, જૂતોન્માદ વગેરે.

પણ ઉપચારની દ્રષ્ટિએ એ જ બેદ પાડવા જરૂરી છે : ચિત્તવિભ્રમ અને ઉન્માદ.

**ચિત્તવિભ્રમનાં લક્ષણ :** ચિત્તવિભ્રમમાં માણસનું ચિત્ત એક સ્થળ કે વિષય ઉપર સ્થિર થઈ શકતું નથી. તેથી તે એક જગ્યાએ સ્થિર થઈ બેસી રહી શકતો નથી તથા એક વિષયની વાત કરતાંકરતાં અનેક વિષયોની વાતો કરી નાખે છે.

**ઉન્માદનાં લક્ષણ :** ઉન્માદમાં માણસ એક જગ્યાએ પડ્યો રહે છે, અસંજદ પ્રત્યાપ (અકવાટ) કરે છે અને ધમપછાડા કરે છે.

**બન્ને પ્રકારના ઉન્માદના ઉપાય :** ચિત્તવિભ્રમ તથા ઉન્માદમાં દરદીને દિવસમાં સવારસાંજ બેવાર દર ૮'કે હાંમજ તોડો ૧ આપવી. વજ, માલકાંકણી કે ખાહીની ૦૧ તોડાથી ૦૧૧ તોડા સુધીની ફાકી પાણી સાથે આપવી. વજ ગમે તે જાતની હોય તો ચાલે. વજથી ઊલટી થાય છે અને જીવને મોળ આવે છે. માલકાંકણીથી જીવન થાય છે પણ ચીકણી (તૈલી) હોવાથી અને વિચિત્ર ગંધવાળી હોવાથી ફાકવી જરા મુશ્કેલ પડે છે. ખાહી બુદ્ધિ ઉપર એકદમ અસર કરે છે, તેથી તાજા ચિત્તવિભ્રમમાં કે તાજા ઉન્માદમાં ખાહી આપવાથી રોગ વધે છે. તેથી જૂના ઉન્માદ કે જૂના ચિત્તવિભ્રમમાં જ ખાહી આપવી.

**ઊંઘાડવાનો ઉપાય :** (બન્ને પ્રકારના) ઉન્માદમાં ઊંઘ હોતી નથી, માત્ર ઘેન જ હોય છે. તેથી દરદીને ઊંઘાડવા ૦૧ તોડા ગોળમાં ૦૧ તોડા પીપરીમૂળની ગોળી વાળી ભેંશના અરધો શેર દૂધ સાથે રાત્રે આપવી; તેથી એકદમ ઊંઘ આવે છે.

**ગાંડપણમાં ખોરાક :** ખોરાકમાં જૂનું (ન મળે તો નવું) ઘી, ભેંશનું દૂધ, દાળ, ભાત, શાક વગેરે આપવાં. લોટ, તીખાશ અને ખટાશ ન આપવાં.

## ૨૪ : અપસ્માર-વાર્ધ ( Epilepsy )

વાર્ધ કયા દોષથી આવે છે? વાર્ધ કફ, પિત્ત, વાયુ કે ત્રિદોષથી થાય છે, છતાં એમાં કફ પ્રધાનપણે હોય છે.

વાર્ધનાં લક્ષણો : વાર્ધમાં યાદશક્તિ જતી રહે છે, મોંએ શીજ આવે છે તથા તાણ આવે છે.

વાર્ધના ઉપાય : રોજ હીમજ તોલો ૧ આપવી. દિવસમાં સવારસાંજ બેવાર ૦૧ તોલો વજ પાણી સાથે ફકાવવી; અથવા એકથી બે તોલા લસણની કળીઓ ઘીમાં તળીને દિવસમાં બેવાર ખવડાવવી.

કશી દવા કર્યા સિવાય ફક્ત ગાયના શુદ્ધ દૂધ ઉપર દરદીને રાખવાથી પણ વાર્ધ મટી જાય છે; પણ આ ગાયના દૂધનો પ્રયોગ ચાલે તે દરમિયાન પાણી પીવાનું તદ્દન બંધ કરવું જોઈએ.

પથ્ય ખોરાક : ખોરાકમાં ગાયનું દૂધ, ભાત કે દાળભાત અને શાક આપવાં.

## ૨૫ : વાતવ્યાધિ-વાયુના રોગો

વાયુનું કામ-ગતિ : જે અણુઓનું શરીર બને છે તે દરેક અણુમાં કફ, પિત્ત અને વાયુ હોય છે. વાયુ અણુને ગતિ આપનાર છે. ગતિમાત્ર વાયુને આભારી છે, ચેતનને આભારી નથી. પ્રાણીને મારી નાખ્યા પછી પણ એના માંસના ટુકડા કે અવયવો હાલતા-ઊછળતા જણાય છે; માટે ગતિ ચેતનને આભારી નથી પણ વાયુને આભારી છે.

વાયુના રોગના પ્રકાર : આ વાયુ જે સ્થાનમાં ભરાઈને રોગ કરે છે તે ઉપરથી જુદાજુદા વાયુના રોગોનાં નામ આપવામાં આવે છે. રોગને લીધે થતાં લક્ષણો ઉપરથી પણ કેટલાંક

નામ આપવામાં આવે છે. આમ વાતવ્યાધિઓના ૮૦ કે ૮૪ પ્રકાર ગણાવવામાં આવે છે. તેમનાં ગુદાંગુદાં નામ તથા લક્ષણ માટે આયુર્વેદના મૂળ ગ્રંથ જોવા.

ઉપચારની દૃષ્ટિએ વાયુના રોગના માત્ર બે પ્રકાર જ આપણે ગણવા : પીડાવાળો (સામ) અને પીડાવિનાનો (નિરામ). કેઈ પણ અંગ તરફ વાયુ જતો હોય તેમાં કફ આડો આવે, અથવા ન્યારે વાયુ સાથે આમ બળેલો હોય, ત્યારે જ પીડા થાય છે. પીડામાત્ર વાયુના રોકાણને આભારી છે. જ્યાં જ્યાં પીડા હોય ત્યાં ત્યાં કફ કે આમ હોવો જ જોઈએ એમ સમજવું.

**સામ વાતવ્યાધિનો ઉપાય :** માટે પીડાવાળા વાતવ્યાધિમાં લાંઘણ કરાવવી. પીડા મટે ત્યારે અથવા કફનું આવરણ દૂર થાય અને આમ પાકે, ત્યારે તાવના પ્રકરણમાં આપેલા ક્રમમાં લાંઘણ છોડાવવી. જો દરદીને ખોરાક વિના ન જ ચાલે તો જ દાળના પાણી ને ભાત જેવો હલકો ખોરાક આપવો.

**નિરામ વાતવ્યાધિનો ઉપાય :** પીડાવિનાના વાતવ્યાધિમાં રિનઘ્ધ ખોરાક (ચીકાશવાળો ખોરાક) આપવો.

**સામ અને નિરામ વાતવ્યાધિમાં આદુ :** બન્ને પ્રકારના વાતવ્યાધિમાં (ઉપવાસમાં પણ) આદુનો રસ પાવો. અધોગતી નવટાંક આદુનો રસ દિવસમાં બેવાર પાવો. આથી આમ તથા કફ પાકશે અને વાયુની ગતિ ચાલુ થશે.

**નિરામ તથા પછી વાતવ્યાધિના ઉપાય :** ઉપવાસ કરી પછી પીડાવાળા વાતવ્યાધિમાં પીડા મટ્યા પછી અને પીડાવિનાના (નિરામ) વાતવ્યાધિમાં શરૂઆતથી જ રોજ દિવેલનો રસ આપવો. તેથી શરીરમાં રહેલન થાય અને વાયુ અનુલોભ થાય; આથી વાતવ્યાધિ મટે છે. નીચે જણાવેલો મહારાસ્નાદિ ક્વાથ રોજ દિવસમાં બેવાર આપવો.

**મહારાસ્નાદિ ક્વાથનો પાઠ :** રાતના, એરંડાનું મૂળ,

અરડૂસો, ધમાસો, કચૂરો. દેવદાર, બળદાણા, મોથ, સૂંઠ, અતિવિષ, હરડે, ગોખરુ, ગરમાળો. વરિયાળી, ધાણા, સાટોડી, આસનંધ, ગળો, પીપર, વરધારો, શતાવરી, વજ, કંટાસળીઓ, ચવક, ઊભીરિંગણી અને બેડીરિંગણી-ઉપરનાં ૨૬ દ્રવ્યોમાં રાસ્ના ત્રણ ભાગ અને ખાકીનાં એકઐક ભાગ લઈ અધકચરાં ખાંડી તેના ક્વાથ કરી યોગરાજ ગૂગળ સાથે પીવો.

**યોગરાજ ગૂગળનો પાઠ :** સૂંઠ, પીપરીમૂળ, ચવક, પીપર, શેઠેલી હિંગ, બેડીઅળખો, સરસવ, જીરું, શાહજીરું, નગોડનાં બીજ, ઈંદ્રજવ, કાળીપાટ, વાવડિંગ, ગળપીપર, કકુ, અતિવિષ, ભારંગી, વજ, ભોંયપીલૂડી, તમાલપત્ર, દેવદાર, ઉપલેટ, રાસ્ના, મોથ, સિંધાલુણ, એલચી, ગોખરુ, હરડે, ધાણા, બહેડાં, આમળાં, તજ, વાળો અને જવખાર-એ ૩૪ દ્રવ્યોને સમાન ભાગે લઈ એમનું ત્રીણું ચૂર્ણ કરવું. પછી વજનમાં ૩૪ દ્રવ્યોના ચૂર્ણ જેટલા શુદ્ધ કરેલા ( સાફ કરેલા ) ગૂગળને ઘી સાથે ફટી બરાબર નરમ કરવો. પછી એ નરમ થયેલા ગૂગળમાં પેલી ૩૪ વસ્તુઓનું ત્રીણું ચૂર્ણ નાખી બધું ભેળું ખાંડી, એકરસ કરી નાખવું. પછી એ પિંડાને ઘીના વાસણમાં રાખી મૂકવો. તે પછી ૨૪ કલાકે એમાંથી ૧૧ તોલાની એકઐક ગોળી થાય એવી ગોળીઓ વાળવી. શરૂઆતમાં રોજ એકઐક ગોળી, થોડા દિવસ પછી બળ્લે ગોળી, પછી થોડા દિવસ ત્રણત્રણ ગોળી અને પછી ચારચાર ગોળી લેવી.

**તેલ શા માટે ચોળવું ?** દરેક વાતવ્યાધિમાં શરૂઆતથી તેલ ચોળીને શેક કરવો. તેથી કફ ઓગળે, આમ પાકે અને બહારની હવા અડકે નહિ.

**પક્ષાઘાતમાં ઉપાય તથા ખોરાક :** પક્ષાઘાતમાં પણ પીડા હોય ત્યાંસુધી લંધન કે ભદ્રન હલકો ખોરાક આપવો. પાચન તરીકે જમતા પહેલાં અડધે કલાકે અઘોળ આદુનો રસ પાવો. સવારમાં દિવેલનો રેચ આપવો. રેચથી એકાદ જુલાબ બિતર્યા પછી

સવારે નીચે જણાવેલો માષાદિ ક્વાથ આપવો અને માષાદિ તેલ ચોળવું.

**માષાદિ ક્વાથનો પાઠ :** મોટા બળદાણાનાં બીજ, નાના બળદાણાનાં બીજ, એરંડાનાં મૂળ તથા અડદ—એ ચારે દ્રવ્યો સમભાગે લેવાં. અને જાતના બળદાણાનાં બીજ ન મળે તો જે જાતનાં મળે તે બમણાં લેવાં.

**માષાદિ તેલનો પાઠ :** અડદ, દૌયાં, અતિવિષની કળા, એરંડાનાં મૂળ, રારના, સવા અને સિંધાલૂણુ—એ સાત દ્રવ્યો સરખે વજનને લઈ, બધાંને વાટી લૂગદી કરવી. પછી એ લૂગદીના વજનથી ચારગણા વજન જેટલું તેલ લેવું. પછી દર એક તોલા લૂગદીએ ત્રણ તોલા અડદ અને ત્રણ તોલા કાંસકીને, અડદ અને કાંસકીથી આઠગણા પાણીમાં ઉકાળી, ઊકળતાંઊકળતાં આઠમા ભાગનું પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી, એ અડદ અને કાંસકીના ક્વાથનું પાણી ગાળી લેવું. પછી લૂગદી, તેલ અને ક્વાથનું પાણી બેગાં એકરસ કરી ઉકાળવાં. ઊકળતાંઊકળતાં પાણી બળી જાય અને તેલ બાકી રહે, ત્યારે ઉતારી લેવું. આને માષાદિ તેલ કહેવામાં આવે છે.

## ૨૬ : વાતરક્ત-પત (Leprosy)

**પત શાથી થાય ?** કચરેલા તેલવાળા તણ, ખોટા ખોરાક અને અનુપદેશમાં થતા જેંડા, સૂવર વગેરેનું ચરબીબધું માંસ ખાવાથી તથા તડકે ફરવાથી વાતરક્તનો રોગ થાય છે.

**પતના બે પ્રકાર. તેનાં લક્ષણ :** આ રોગ ઉત્સેધવાળો અને ઉત્સેધવિનાનો એમ બે જાતનો છે. ઉત્સેધવાળા પતમાં શરીરે દીમડાં-દીમડાં થઈ જાય છે અને ઉત્સેધવિનાના પતમાં દીમડાં થતાં નથી.

પતના રોગીને નજરે જોવાથી રોગ ઓળખી શકાય છે. પતવાળો ભાગ જૂડો પડતો જાય છે, ત્યાં ટાંકણી અડકાડીએ તોપણ દરદીને દુઃખ થતું નથી.

**પતમાં અંગ ખરી પડે છે તેનું કારણ :** બે પ્રકારના પતમાં

ઉપર જણાવેલા કુપચ્ચથી પહેલો વાયુ બગડે છે. એ બગડેલો વાયુ લોહીને બગાડી શરીરના છેડા એટલે હાથપગની આંગળીઓ, નાકનું ટેરવું, કાનની બૂટ વગેરે તરફ ઘસડી જાય છે. તેથી તે ભાગની ચામડી સુકાઈ ને રૂક્ષ (લૂખી) થઈ જાય છે; અને સ્નાયુઓ કામ કરતા બંધ થઈ જવાથી તે આંગળીનું હલનચલન બંધ થઈ જાય છે. છેવટે એ ભાગ જૂઠો પડી જાય છે. પછી ત્યાં સોજો આવે છે. તેના પર ખજવાથી ચામડી ઊખડે છે અને ધીમેધીમે અંગ પાકીને ખરી પડે છે.

પત અને જૂના સંત્રિયા વચ્ચે તફાવત : આ વાતરક્તને કેટલાક Gout કહે છે. પણ Goutમાં તો પગનો અંગૂઠો સ્વન્યા પછી ઘણા વખતે ચામડી ફાટીને ખડી જેવો સુકાયેલો બૂકો નીકળે છે, પ્રવાહી નીકળતું નથી. ન્યારે પતમાં પ્રવાહી નીકળે છે.

પત અને કુષ્ઠ (કોઠ) વચ્ચે તફાવત : વળી બીજા કેટલાક વાતરક્તને ગલિતકુષ્ઠ (ગલત કોઠ) માને છે પણ કુષ્ઠ તો ચામડીનો રોગ છે, ન્યારે વાતરક્ત લોહીનો અને વાયુનો રોગ છે; માટે વાતરક્ત એ પત છે.

ઉપાય : પતના રોગીને રોજ એરંડિયાનો રેચ આપવો.

વળી ગમે તે ઝાડની ત્રણ ફૂટ લાંબી લીલી ગજો લાવવી. તેના ઝીણા ટુકડા કરી નવટાંક પાણીમાં ખૂબ ચોળવી-મસળવી. ન્યારે પાણી ખૂબ ચીકણું થાય ત્યારે ગાળીને પાવું. આમ દ્વિસમાં બેવાર ગજો પાવી. જે રોગ વધી ગયેલો હોય તો દર મહિને એકવાર ફસ ખોલાવવી.

પથ્ય ખોરાક : ખોરાકમાં મીઠું સંધવ કે કંઈ પણ મસાલા વિનાની મગની દાળની લૂખી ખીચડી સિવાય કંઈ જ આપવું નહિ. આ પ્રયોગ બાર મહિના સુધી કરવો. જે તે દરમિયાન પણ લોહીનો વિકાર મટી ગયો હોય, એટલે સોજો ઊતરી જાય અને અંગ સુકાયલું રહે તો ઘી-દૂધ પચે એ પ્રમાણે આપી શકાય.

## ૨૭ : ઊરુસ્તંભ—બે સાથળનું રહી જવું (Paraplegia)

**ઊરુસ્તંભની ઉત્પત્તિ અને લક્ષણ :** કફકારક અને ઠંડા ખોરાક ખાવાથી કફ તથા મેદ એટલા બધા થાય છે, કે સાથળમાં હાડકાંના પોલાણમાં રહેલી મજ્જાને ઠેકાણે કફ તથા મેદ ભરાઈ જાય છે. તે કફ ત્યાં ફરી જાય છે તેથી તે ભાગમાં વાયુને રોકાણ થવાથી જડતા આવે છે; અને દરદીનો પગ પોતાની મેજા વળી કે ઊપડી શકતો નથી. આ રોગ ઊરુસ્તંભ કહેવાય છે.

ઊરુસ્તંભમાં દરદીની કેડ અને ઢીંચણ વચ્ચેના પગના ભાગની ચામડીને વિપરીત જ્ઞાન થાય છે. એટલે ગરમ સ્પર્શ ઠંડો લાગે છે. વળી દરદીની કેડ એવી સજ્જડ થઈ જાય છે કે જાણે કેડે પાટો બાંધી રાખ્યો હોય એવું દરદીને લાગે છે. વળી ઊરુસ્તંભવાળા પગના સાંધા પોતાની મેજા સહેલાઈથી વળી શકતા નથી પણ એને હાથથી ઉપાડી કે ફેરવીને પગના સાંધા પાસે કામ લેવું પડે છે.

**ઊરુસ્તંભ મટવો મુશ્કેલ હોય છે :** આ રોગ મટવો મુશ્કેલ છે પણ યોગ્ય ઉપચારથી લાંબે વખતે મટી શકે છે. આ રોગના દરદીને પોતાના સ્નાયુ પર કાબૂ ન હોવાથી ઝાડાપેશાબ બંધ થઈ જાય છે. વળી કફ ઠેક હાડકાંના પોલાણમાં ભરાયેલો હોવાથી અને સાથળનાં હાડકાંમાં વચ્ચેવચ્ચે આકાં ન હોવાથી અને રોગો ન્યાંથી હાડકાંના પોલાણમાં પોષણ આપવા જાય છે તે માર્ગ તે તે રોગથી બરાબર સજ્જડ બંધ થઈ ગયેલો હોવાથી, હાડકાંના પોલાણમાં રહેલા કફ ઉપર દવાની અસર એકદમ પહોંચી શકતી નથી. તેથી આ રોગ કષ્ટસાધ્ય છે.

**ઉપાય :** રાફડાની માટી લાવીને પાણીમાં ખદખદાવીને દ્રાવ્ય નહિ એવો બે ઇંચ જડો થર ઢીંચણથી કેડ સુધી કરવો, તેથી શેક થઈ કફ ઓગળશે અને શિરાઓ એને ચૂસીને બહાર કાઢી શકશે. શેકની અસર થઈ રહે ત્યારે બીજો થર કરવો. વળી



રોજ એક તોલો હીમજ અને સૂંઠ આપવાં. સૂંઠ દિવસમાં બેવાર અડધોઅડધો તોલો આપવી.

પાણીમાં અવગાહન કરવાથી એટલે કે કેટલી ટીંચણ સુધીનો ભાગ ઠંડા પાણીમાં ડુબાવી રાખવાથી તે ભાગનાં છિદ્રો બંધ થઈ જાય છે અને પરસેવો થતો નથી. તેથી શરીરની ગરમી અંદર ને અંદર રહી હાડકાંની અંદરના કફને ઓગાળે છે; માટે દેખીતી રીતે અવગાહન વિરુદ્ધ લાગવા છતાં ઇષ્ટ છે.

ન્યારે કફ અને ચરખી ઓછાં થઈ જાય અને માત્ર બમડેલો વાયુ હાડકાંમાં બાકી રહે, ત્યારે ચામડીનું વિપરીત જ્ઞાન મટી જાય છે અને ખાલી ચઢતી નથી. એવી સ્થિતિ આવે ત્યારે ચોખરાજ ગૂગળની ગોળાઓ આપવી. દિવસમાં એકવાર બેઆનીબાર (૩ તોલો) ગોળાઓથી શરૂઆત કરવી. પછી જો દુઃખ ન વધે તો ગોળાઓ વધતાંવધતાં દિવસમાં બેવાર દરેક ૮ કે ૦ તોલા સુધી લેવી. દુઃખ વધે તો ગોળાઓ ઓછી કરી નાખવી અથવા બંધ પણ કરી દેવી અને જાણવું કે હજી કફ અને મેદ (ચરખી) બરાબર નીકળ્યા નથી.

**૫થ્ય ખોરાક :** ખોરાકમાં મીઠા કે સૈંધવ વિનાની મગની દાળની લૂખી ખીચડી આપવી. ઘી, તેલ, દૂધ, દહીં, ચીકાશવાળા પદાર્થ, લોટ, ખારાશ વગેરે બંધ કરવાં.

## ૨૮ : આમવાત-સંધિવા-ગાંઠિયો વા ( Rheumatism )

**સંધિવાની ઉત્પત્તિ અને લક્ષણ :** ઘી, દૂધ, દહીં, ખાંડ વગેરે કફકારક ખોરાક ખાવાથી, ઠંડી હવા કે પીણીથી, ચાંદી કે પરમિયાને લીધે શરીરના સાંધામાં હાડકાંના સાંધા ઉપર આવેલા શ્લેષ્માવરણના પડ ઉપર ન્યારે આમ બરાય ત્યારે સાંધાના મિજગરા હાલેચાલે ત્યારે, આમના દયાણુને લીધે દુઃખ થાય છે તથા આમને લીધે વાયુની ગતિ રોકાવાથી પણ દુઃખ થાય છે; અને આમ બરાવાથી

સાંધા ઉપર સોજો આવે છે, તે આમવાત કહેવાય છે.

સંધિવા અને વાતવ્યાધિમાં તફાવત : આગળ નળ્યાવેશ ૮૪ વાતવ્યાધિઓમાં સોજો ન હોય અને હોય ત્યાં લોહીનો સોજો હોય અને અંગ સુકાઈ જાય, ન્યારે આમવાતમાં સાંધા ઉપર આમનો સોજો આવે છે.

સંધિવાના પ્રકાર : ઉપચારની દૃષ્ટિએ આમવાતના બે બેદ પાડવા : Acute અને Chronic એટલે પિત્તપ્રધાન અને કફપ્રધાન. વાતપ્રધાન (Sub-acute) એ બેની વચ્ચેની સ્થિતિમાં હોય છે.

લક્ષણ અને ઉપાય : Acute (પિત્તપ્રધાન) આમવાતમાં સાંધા ઉપર સોજા સાથે ઘણો તાવ હોય છે અને Chronic (કફપ્રધાન) આમવાતમાં તાવ ઓછો હોય છે અથવા બિનકુલ નથી પણ હોતો. વાતપ્રધાનમાં સોજા સાથે થોડોઘણો તાવ રહે છે. પિત્તપ્રધાન સંધિવામાં તાવ ઊતરે ત્યાંસુધી લંઘન કરાવવું. પછી કફપ્રધાન સંધિવા જેવા ઉપચાર કરવા. કફપ્રધાન સંધિવામાં રોજ બેવાર દિવસ તોલા બેનો રેચ આપવો. બે તોલા સૂંકનો ક્વાથ રોજ બેવાર આપવો. ઉકાળેલું પાણી પાવું. ખોરાકમાં છાશ અને ભાત આપવાં. મીઠું તદ્દન બંધ કરવું અને શેક કરવો.

## ૨૯ : શૂળરોગ—સણકા (Neuralgia)

શૂળ અથવા સણકા બે રીતે આવે છે : સ્વતંત્ર રીતે અને બીજા કાર્ક રોગના ઉપદ્રવરૂપે.

ઉપદ્રવરૂપ શૂળ : તેના ઉપાય : આમ કે કફના વ્યાધિના ઉપદ્રવરૂપે સણકા આવે, ત્યારે લાંઘણ કરાવવી જોઈએ અને શેક કરવો જોઈએ.

સ્વતંત્ર શૂળ : તેના ઉપાય : પણ સોજો ન હોય છતાં અને બીજો કાર્ક રોગ ન હોય, છતાં ન્યારે સણકા આવે ત્યારે એ સ્વતંત્ર

ચળરોગ કહેવાય છે. એમાં રોજ અઘોળ દિવસનો રેય આપવો, એ તોલા સૂંઠનો કવાથ દિવસમાં બેવાર આપવો, શેક કરવો. ઘી કે તેલમાં કકડાવેલું લસણ ખવડાવવાથી ખાસ ફાયદો થાય છે. ખોરાકમાં ઘી, દૂધ, અડદ, તેલ વગેરે સિંગધ ખોરાક આપવો.

### ૩૦: ઉદાવર્ત-શરીરના વેગમાંથી કોઈ પણ વેગને રોકવાથી કે પરાણે કાઢવાથી થતા રોગ

ઉદાવર્તરોગ શાથી થાય ? અઘોવાયુ (વાહ્ય), મળ, મૂત્ર, બગાસાં, આંસુ, છીંક, ઓડકાર, બિઘટી, મેથુન, ભૂખ, તરસ, ચાકનો શ્વાસ અને બીજાં-એ તેર શરીરના કુદરતી વેગો છે. એમને પરાણે રોકવાથી કે પરાણે કાઢવાથી જે રોગો થાય છે, તેને ઉદાવર્ત કહેવાય છે.

ઉદાવર્તરોગોની ભયંકરતા : શરીરના તેર વેગમાંથી કોઈને પણ રોકવાથી કે પરાણે કાઢવાથી જે રોગ કે દરદ થાય છે, તે જ રોગ કે દરદ બીજા કારણથી પણ થઈ શકે છે; પણ વેગ રોકવાથી થયેલું દરદ બીજા કારણથી થયેલા એના એ જ દરદ કરતાં વધારે ભયંકર છે; માટે એ ઉદાવર્ત રોગોમાં ખાસ કાળજીપૂર્વક ઉપાય કરવા.

ઉદાવર્ત રોગો તાજ ન થતા હોય ત્યાંસુધી તો રોજ હીમજ લેવાથી મટી જાય છે, પણ વેગ રોકવાનું ચાલુ જ રાખવાથી દરદ વધી જાય, ત્યારે દરેક વેગ રોકવાથી જે દરદ બિનાં થાય તેના ખાસ ઉપાય કરવા પડે છે. તે માટે કયો વેગ રોકવાથી કયાં દરદ થાય છે અને તે દરદ મટાડવા શું કરવું જોઈએ તે નીચે આપ્યું છે :

વાહ્યુના ઉદાવર્તરોગ : વાહ્ય રોકવાથી ગોળો ચડે, વાયુ બીજે ચડે તેથી પીડા થાય. કંટાળો આવે, વાહ્ય, પેશાબ અને ઝાડો પોતાની મેળે થાય નહિ, આંખના તેજનો નાશ થાય, જઠરાગ્નિ મંદ પડે અને હૃદયના રોગો થાય.

**ઝાડાના ઉદાવર્તરોગ :** ઝાડો રોકવાથી પગે ગોટલા ચડે, સળેખમ થાય, માથું દુઃખે, હોઠ્ઠિયાં હોઠ્ઠિયાં થયા કરે ( ઓડકાર આવ્યા કરે ), કાતરથી અંગ કતરાતું હોય એવી પીડા થાય, હૃદયના ચડકારો રોકાય, મોંમાંથી ઝાડો નીકળે તથા વાછૂટ રોકવાથી જે રોગો થાય છે તે બધા રોગો પશુ થાય.

**પેશાબના ઉદાવર્તરોગ :** પેશાબ રોકવાથી શરીર તૂટ ( કળે ), પથરી થાય, મૂત્રાશયમાં પીડા થાય, મૂત્રેન્દ્રિયમાં પીડા થાય, અંડમાં પીડા થાય તથા વાછૂટ અને ઝાડો રોકવાથી થતા કેટલાક રોગો થાય.

**વાછૂટ, ઝાડા અને પેશાબના ઉદાવર્તરોગોના ઉપાય :** ગુદામાં ધીની વાટ મૂકવી, તેલ ચોળવું, તેલભરેલા વાસણમાં ગુદા અને મૂત્રેન્દ્રિય બોળાયેલાં રહે એવી રીતે બેસવું, શેક કરવો અને બસિત આપવી.

**ઝાડાના ઉદાવર્તરોગનો વધારે ઉપાય :** જવ, દહીંનું નીતરું પાણી, બથવાની બાજી વગેરે ગંદાયેલા ઝાડાને તોડે એવાં અન્નપાન લેવાં.

**પેશાબના ઉદાવર્તરોગનો વધારાનો ઉપાય :** સવારમાં દાતણ કરી તરત નયણે કેઠે ( કંઈ પણ ખાધાપીધા વિના ) બીજી સવાર સુધીમાં પચી રહે એટલું ધી રોજ પીવું અને રોજ જમતા પહેલાં તરત જ થોડું ધી પીવું. જે આગલા દિવસનું ખાધેલું પચી ગયું હોય, તો જ વહેલી સવારે ઉપર કહ્યા પ્રમાણે ધી પીવું.

**ઓડકારના ઉદાવર્તરોગો : તેમના ઉપાય :** ઓડકાર રોકવાથી અરુચિ થાય, કંપ થાય, જાણે દોરડાથી બાંધ્યાં હોય તેમ હૃદય અને છાતી જકડાઈ જાય, પેદામાં આકરો ચડે, ઉધરસ આવે તથા હેડકી આવે છે. આ ઉદાવર્તરોગોમાં હેડકીના રોગ માટેના ઉપાય કરવા.

**છીંકના ઉદાવર્તરોગો : તેમના ઉપાય :** છીંક રોગવાથી માથું દુઃખે, ઇંદ્રિયોની શક્તિ ઘટે, ડોક રહી જાય, અડદિયો વા થાય (જડણું વાંકું થઈ જાય). છીંકના ઉદાવર્તના ઉપાય તરીકે તીક્ષ્ણ ધૂંત્રપાન કરવું, તીક્ષ્ણ અંજન આંજવું, તીક્ષ્ણ દ્રવ્યો સૂંધવાં, તીક્ષ્ણ નસ્ય નાકમાં કુંકાવવું, સૂર્ય તરફ જોવું વગેરે ક્રિયાઓ કરીને બંધ થઈ ગયેલી છીંકો ફરી પાછી આવે એવું કરવું. શેક કરવો અને રોહન કરવું. માલકાંકણી, હળદર, બૃહતપંચમૂલ, લઘુપંચમૂલ, મણ્ડુશીલ, લાખ, ઘોળી ગરણી, ત્રિક્ષ્ણા, ઉપલેટ, તગર વગેરે તીક્ષ્ણ સુગંધી દ્રવ્યો તથા વાવડિંગ, અધેડો, સૂંદ, પીપર, મરી, દારૂહળદર, રાણ, સરસડાંનાં બીજ, રિંઝણીનાં બીજ, સરગવાનાં બીજ, મહુડાંનો સાર, સૂંધવ, રસાંજન, નાની અને મોટી એલચી અને હિંગુપત્રીઃ એટલાં તીક્ષ્ણ દ્રવ્યોની ધુમાડી વિધિસર પીવી, તે તીક્ષ્ણ ધૂંત્રપાન કહેવાય છે. ધૂંત્રપાન શી રીતે કરવું, તે માટે જુઓ ‘જીવનચર્ચા’ નામની પુસ્તિકાઃ તાવના પ્રકરણમાં લખેલાં નસ્ય અને અંજન તીક્ષ્ણ છે.

**તરસના ઉદાવર્તરોગો : તેમના ઉપાય :** તરસ મારવાથી (રોગવાથી) મોં સુકાય છે, શરીર કરમાય છે, બહેરાશ આવે છે, બાન જતું રહે છે, ચક્કર આવે છે અને હૃદયના રોગ થાય છે. એના ઉપાય તરીકે ઠંડા ઉપચાર કરવા. નહાવું, ખાવું, પીવું વગેરે ઠંડક થાય એવું કરવું.

**બૂખના ઉદાવર્તરોગો : તેમના ઉપાય :** બૂખ મારવાથી (રોગવાથી) શરીર તૂટે છે, અરુચિ થાય છે, શરીર ગતરી જાય છે. તથા શળ અને ચક્કર આવે છે. એના ઉપાય તરીકે હથકું, ચીકાશવાળું, સશૈકું અને થોડું ભોજન કરવું.

**ઊંઘના ઉદાવર્તરોગો : તેમના ઉપાય :** જીંઘ રોગવાથી બાન જતું રહે છે, માથું ભારે રહે છે, આંખો ભારે રહે છે, આળસ આવ્યા કરે છે, બગાસાં આવે છે અને શરીર તૂટે છે. તેના ઉપાય તરીકે જીંઘ અને ચંપી છે.

**ઉધરસના ઉદાવર્ત રોગો :** તેમના ઉપાય : ઉધરસ રોકવાથી વધારે ઉધરસ આવે છે, દમ ચડે છે, અરુચિ થાય છે, હૃદયના રોગો તથા હેડકીનો રોગ થાય છે. એના ઉપાય તરીકે ઉધરસ માટે કહેલા ઉપાયો પુષ્કળ કરવા.

**થાકથી ચડેલા શ્વાસના ઉદાવર્ત રોગો :** તેમના ઉપાય : થાકથી શ્વાસ ચશ્મો હોય તેને રોકવાથી ગોળો ચડે, હૃદયના રોગો થાય અને બાન જતું રહે છે. તેના ઉપાય તરીકે આરામ લેવો અને વાયુ મટે એવી ક્રિયા કરવી.

**વાયુ મટાડવાના ઉપાય :** સ્નેહન કરવું, શેઠ કરવો, શરીરનું થોડું સંશોધન કરવું, ગળ્યા, ખાટા, ખારા અને ગરમાગરમ ભોજન પદાર્થો ખાવા, તેલ ચોળાવવું, ચંપી કરાવવી, શરીરે વસ્ત્ર વીંટવાં, (દરદીને) બડકાવવો, દશમૂળનો કવાચ શરીર પર રેડવો, લોટ અને ગોળનો દાઝ પીવો, ચીકાશવાળી અને ગરમ નિઝહઅસ્તિ લેવી તથા અનુવાસનઅસ્તિ લેવી, સુખસગવડમાં રહેવું, તલ, ચારોળી, અખરોટ, અળશી વગેરેના તેલમાં તથા ગાયબેંસના ઘીમાં દીપન અને પાયન દ્રવ્યો પકવીને જે તેલ કે ઘી રહે, તે તેલ કે ઘી ખાવામાં વાપરવું. ખાસ કરીને ચરબીખર્ચા માંસનો માંસરસ, તલનું તેલ અને અનુવાસનઅસ્તિ—એ ત્રણ વાયુ મટાડવાના ઉપાય છે. (હરટે દીપન અને પાયન દ્રવ્ય છે)

**બગાસાંના ઉદાવર્ત રોગો :** તેમના ઉપાય : છીંકા રોકવાથી જે રોગ થાય છે, તે જ રોગ બગાસાં રોકવાથી થાય છે. તેના ઉપાય તરીકે વાયુ મટાડવાના ઉપાય કરવા.

**આંસુના ઉદાવર્ત રોગો :** તેમના ઉપાય : આંસુ રોકવાથી સજેખમ થાય, આંખના રોગ થાય, માથાના અને હૃદયના રોગ થાય, ડોક રહી જાય, અરુચિ થાય, ચક્ષર આવે અને ગોળો ચડે. તેના ઉપાય તરીકે ઊંઘવું, દાઝ પીવો અને મનગમતી વાતો કરવી.

**ઊંઘટીના ઉદાવર્ત રોગો :** તેમના ઉપાય : ઊંઘટીઓ રોકવાથી રતવા થાય, આંખના રોગ થાય, શરીરે ચળ (ખલુજ) ઝીપડે,

પાંડુરોજ થાય, તાવ આવે, ઉધરસ થાય, દમ ચડે, બિઝકા આવે, મોં પર કાળાં ચાદાં પડે અને સોજો આવે. તેના ઉપાય તરીકે યોગ્ય ઔષધના કોમળા મોંમાં ભરાવવા, ઉપવાસ કરાવવો, લઘુ ખવડાવીને એ ખવડાવેલાની બિલટી કરાવવી, કસરત કરાવવી, લોહી કઢાવવું, રેચ આપવા, ક્ષારો અને લવણો તેલમાં નાખી એ તેલ શરીરે ચોળવું.

**વીર્યના ઉદ્ધવર્ત રોગો :** તેમના ઉપાય : વીર્ય નીકળતું હોય તેને પરાણે રોકવાથી વીર્ય નીકળ્યા કરે છે, ગુહ્મ ભાગોમાં પીડા થાય છે, ગુહ્મ ભાગો ઉપર સોજો આવે છે, તાવ આવે છે, હૃદયમાં પીડા થાય છે, પેશાબ થતો નથી, શરીર તૂટે છે, વધરાવળ તથા પથરી થાય અને નડુંસક થઈ જવાય છે. તેના ઉપાય તરીકે દૂધડાનું માંસ ખાવું, સુરા પીવી, ભાત ખાવો, યસ્તિ લેવી, તેલ ચોળાવવું, તેલભરેલા વાસણમાં ગુદા અને ખાસ કરીને મૂત્રેન્દ્રિય તેલમાં બોળાયેલાં રહે એ રીતે બેસવું, જવખાર અને કોળા જેવા મૂત્રાશયને શુદ્ધ કરે એવાં ઔષધો નાખીને પકવેલું દૂધ પીવું અને પ્રિય સ્ત્રીઓનું સેવન કરવું.

**૩૧ : ગુહમ-ગોળો ચડવો, આનાહ-નીચલા અડધા પેઢામાં પવનનો ભરાવો, આધ્માન-પેઢાનો આફરો (વાયુના ગડગડાટ સાથેનો) અને આટોપ-પેટ તથા પેઢાનો સાથે આફરો**

**ગોળાના પ્રકાર :** ગોળો બે પ્રકારનો છે : વાતગુહમ એટલે વાયુનો ગોળો અને રક્તગુહમ એટલે લોહીનો ગોળો. વાયુના પ્રકોપને લીધે વાયુનો ગોળો સ્ત્રી તથા પુરુષ જાનેને ચડે છે. તે ઘણું દુઃખ આપે છે. એ અમુકઅમુક મુદતે ચડી આવે છે.

**વાયુના ગોળાના ઉપાય :** વાયુના ગોળામાં તરત રાહત આપવા માટે એરંડિયું તેલ (દિવેલ) તોલા અઢીનો રેચ તથા શેકેલી

ઊંચી હિંજ બે આનીમાર કે હિંજળાટક ચૂણું તોલો ૦૥ આપવું.  
પણ કાયમની રાહત માટે રોજ દિવસનો રેચ આપવો.

**વાયુના ગોળામાં ખોરાક :** વાયુના ગોળામાં લી, દૂધ, તેલ વગેરેવાળું રિનઝ બોજન આપવું.

**રક્તગુદ્મ શી રીતે થાય છે ?** ન્યારે સ્ત્રીને અટકાવનું લોહી યોનિમાર્ગમાંથી બહાર નીકળવાને બદલે ગર્ભાશયમાં ગોળાદ્રુપે એકઠું થઈ બાઝી જાય છે, ત્યારે અટકાવ આવતો બંધ થાય છે અને એનાં બધાં લક્ષણ ગર્ભિણી સ્ત્રીના જેવાં થાય છે. આ રક્તગુદ્મ કહેવાય છે. ચાર માસ સુધી તો ગર્ભ રહ્યો છે કે રક્તગુદ્મ છે તે પણ સમજાતું નથી, પણ એથે મહિને ગર્ભ ફરકે નહિ ત્યારે સમજાય છે કે એ ગર્ભ નથી પણ રક્તગુદ્મ છે. એને લીધે સ્ત્રીને ઘણી પીડા થાય છે. ગર્ભ ફરકતો હોય તો ગર્ભનું એકાદ અંગ ફરકતું લાગે, પણ રક્તગુદ્મ ફરે તો આખું ફરે.

**રક્તગુદ્મના ઉપાય કયારે કરવા ?** ન્યારે અટકાવ બંધ થયા પછી પૂરા દસ માસ થાય ત્યારે એ રક્તગુદ્મ કુદરતી રીતે પાકે છે અને ત્યારપછી જ એને ફેડવા માટે અને અટકાવ લાવવા માટે ઇલાજ કરવા જોઈએ. તે પહેલાં ઇલાજ કરવાથી ગુદ્મ કાચું ફૂટી જાય છે અને લોહી ઝાડો, પેશાબ વગેરે માર્ગે નીકળે છે, પેદું ચડે છે અને તેમાં છિદ્રો પડી જાય છે. તે છિદ્રોમાંથી પણ લોહી, ઝાડો, પેશાબ નીકળે છે, તાવ આવે છે અને અને દરદી મરી જાય છે; માટે અટકાવ બંધ થયા પછી દસ મહિના થાય તે પહેલાં રક્તગુદ્મના ઇલાજ કરવા નહિ.

**રક્તગુદ્મના ઉપાય :** દસ માસ પૂરા થયા પછી નીચે જણાવેલો તિલકાદિકવાય તથા એલાદિ ગુટિકા ૧/૪ તોલો રોજ બેવાર આપવાથી પાકેલું ગુદ્મ ફૂટે છે અને અટકાવ દ્વારા બગાડ નીકળી જઈ સ્ત્રીને નિષ્ક્રિય અટકાવ આવતો થાય છે.

**તિલકાદિ કયાથનો પાઠ :** કાળા તલ, સૂંક, પીપર, કાળાં



મરી, ભારંગી-એ પાંચ દ્રવ્યોનો ક્વાથ કરી એમાં ૦૧૧ તોલો ગોળ મેળવી સવારસાંજ પંદર દિવસ સુધી પીવો.

**એલાદિ ગુટિકાનો પાઠ :** એળિયો, સૂંઠ, પીપર અને કાળાં મરી સમભાગે લઈ એનું વઝગાળ ચૂર્ણ કરી, એની ગળાય એવી ગોળીઓ વાળવી.

**આનાહ, આધ્માન અને આટોપના ઉપાય :** આનાહ, આધ્માન અને આટોપના ઉપચાર પણ વાતશુદ્ધ પ્રમાણે કરવા.

### ૩૨ : હૃદ્રોગ-હૃદયના રોગ (Heart disease)

**હૃદયના રોગ શાથી થાય ?** અતિ ગરમ, ભારે, તૂરા કે કડવા ખોરાક ખાવાથી, ઘણો શ્રમ કે ચિંતા કરવાથી, હૃદયના પાંચ પ્રકારના રોગ થાય છે.

**લક્ષણ-ભયંકરતા :** આ રોગમાં હૃદયમાં શળ અને પીડા ચોવીસે કલાક રહે છે, કોઈકવાર ઓછોવધતો વખત પણ રહે છે. આ રોગ અસાધ્ય છે. જો આ રોગ લંબાય તો મટવા સંભવ છે, બાકી ચારપાંચ દિવસમાં દરદી મરી જાય છે.

**ઉપાય :** રોગ હીમજ તોલો ૦૧૧ આપવી. હીમજ આપ્યા પછી દોઢઘે કલાકે એટલે હીમજને લીધે એકાદ જુલામ થયા પછી અર્જુનવૃક્ષ એટલે ‘કાંચનાર,’ ‘આંસોદરો,’ ‘ઝીંઝી,’ ‘આપટો’ વગેરે નામના ઝાડની અંતરછાલનું ઘી એકએક તોલો દિવસમાં બેવાર આપવું.

**ખોરાક :** દાળ, ભાત અને શાકનો હલકો ખોરાક આપવો.

**ઉપદ્રવરૂપ હૃદ્રોગના ઉપાય :** ખોરાક : પણ અમ્લપિત્ત, અર્શ (હરસ), શ્વાસ (દમ) વગેરે રોગોના ઉપદ્રવરૂપે હૃદયના ધડકારા વધે, તે ઉપદ્રવ મટાડવા હીમજ આપવી, સાકર અને કાળી દ્રાક્ષ આપવી. ખોરાક હલકો આપવો.

### ૩૩ : મૂત્રકૃચ્છ્ર-ટીપેટીપે પેશાબ આવવો

**ઉત્પત્તિ અને લક્ષણ :** પેદામાં મૂત્ર ભરાય અને તે મૂત્રની આસપાસ પવન ફરતો રહે તેથી મૂત્ર રોડાઈ રહે છે અને મૂત્ર આવવા માટે બિઘડતો-વસાતો માર્ગ બંધ રહે છે, તેથી પેશાબ બિતરતો નથી. પણ જ્યારે પેદામાં પેશાબનું બહુ દબાણ થાય છે ત્યારે ટીપેટીપે પેશાબ બિતરે છે અને દુઃખ થાય છે. કેટલીકવાર પરાણે પેશાબ કરવા જતાં જીલાબ પણ થઈ જાય છે. આને મૂત્રકૃચ્છ્ર કહેવામાં આવે છે.

**ઉપાય :** મૂત્રકૃચ્છ્રમાં ગુદા અને મૂત્રની ઇન્ડ્રિયના વચગાળામાં શેક કરવો અથવા એટલો જ વચગાળાનો ભાગ શેક થાય એવા બિના પાણીમાં રહે એમ દરદીને બેસાડી શેક કરવો, તેથી મૂત્રમાર્ગ ખૂલી પેશાબ બિતરે છે.

વળી રખખર કે ધાતુની સળી (કેથેટર-Catheter) ચડાવવાથી પણ ફાયદો થાય છે. આયુર્વેદમાં જીદાજીદા નંબરની ૧૨ તથા અંગ્રેજી વૈદકમાં ૧૬ કેથેટર છે. તેમાંથી ૬ થી ૧૦ નંબરની સળી ચડાવવાથી ફાયદો થશે.

રોજ હીમજ તોલો ૧ આપવી. તથા નીચે જણાવેલા પાઠ પ્રમાણે ગોશ્તુરાદિ ક્વાથ, હરીતક્યાદિ ક્વાથ કે પુનર્નવાદિ ક્વાથ રોજ બેવાર પાવો.

**હરીતક્યાદિ ક્વાથનો પાઠ :** હરડે, ગોખરુ, ગરમાળાનો ગર્જ, પાપાણુભેદ અને ધમાસો-એ પાંચે સમભાગે લઈ ક્વાથ કરવો. ક્વાથ દોઢો પણ પછી મધ નાખી પીવો.

**ગોશ્તુરાદિ ક્વાથનો પાઠ :** માળવી ગોખરુ, ગરમાળાનો ગર્જ, ડાલનાં મૂળિયાં, કાસડાનાં મૂળિયાં, જવાસો, પાપાણુભેદ અને હરડેદળ-એ સાતે વસ્તુઓ સમભાગે લઈ એનો ક્વાથ કરી, ક્વાથ દોઢો પડે એટલે મધ નાખી પીવો.

પુનર્નવાદિ ક્વાથનો પાઠ : સોટાડી, દારૂહળદર, કકુ, પરવળ, હરડે, લીંબડો, મોચ, સૂંઠ અને ગળો-એ નવ વસ્તુઓનો દવાથ કરી તેમાં ગોમૂત્ર તથા શુદ્ધ ગૂગળ નાખી પીવો.

મૂત્રલ રેચનું જોખમ : આ રેચમાં સોડા-પાય-કાર્બ જેવા મૂત્રલ (પેશાબ લાવે તેવા) રેચ આપવાથી તાત્કાલિક રાહત જેવું લાગે છે, પણ રોગ મટતો નથી; એટલું જ નહિ પણ લાંબે વખતે મૂત્રાશય ફાટી મૃત્યુનો ભય પણ જોમો થવા સંભવ છે.

ખોરાક : દાળ, ભાત, શાક, ખીચડી, છાશ અને થોડું દૂધ આપવાં. મૂત્રકૃચ્છ્રમાં મૂળા, મોગરી, ડુંગળી શાક તરીકે વધારે પસંદ કરવા લાયક છે.

### ૩૪ : મૂત્રાઘાત-મૂત્ર બને નહિ અને પેશાબની જગ્યાએ બળતરા થાય (Anuria)

ખાધેલો ખોરાક હોજરીમાં ત્રણ કલાક રહે છે. પછી ત્યાંથી ઊતરીને ગ્રહણી (Duodenum) માં જાય છે. ત્યાં પણ ત્રણેક કલાક રહે છે. હોજરીમાંથી અને ગ્રહણીમાંથી રગો દ્વારા ખોરાકમાંનું પોષણતત્વ ચુસાઈ જાય છે. પછી ખોરાકનો બાકી રહેલો રગડો ગ્રહણીમાંથી નાના આંતરડા (Small Intestine) માં જાય છે. આ નાના આંતરડાનો અમુક ભાગ મૂત્રાશય (Bladder) ઉપર આવેલો છે. ત્યાંથી ખોરાકના બાકી રહેલા રગડામાંનું પાણી ઝમીને નાનાં આંતરડામાંથી મૂત્રાશયમાં જાય છે; અને મૂત્રાશયમાં આ રીતે એકઠું થતું પાણી મૂત્રમાર્ગે પેશાબરૂપે બહાર નીકળે છે. નાનાં આંતરડામાંનું ખરાબ પાણી ઝમીને મૂત્રાશયમાં જાય, પછી નાના આંતરડામાંનો રગડો ઘટ્ટ બને છે. તે મોટા આંતરડા (Colon) માં જાય છે અને ત્યાંથી બંધાયેલા આડાંરૂપે મળમાર્ગે બહાર નીકળે છે.

વળી લોહી ફરતુંફરતું વૃક્ક(Kidney)માં આવે છે, તેમાંથી વૃક્ક લોહીના ખરાબ ક્ષારો પોતે રાખી લે છે અને તે ખરાબ ક્ષારો વૃક્ક અને મૂત્રાશયને જોડનાર ગવિની (Ureter) દ્વારા મૂત્રાશયમાં જાય છે અને તે પેશાબ સાથે બહાર નીકળી જાય છે.

પણ અંગ્રેજી વૈદક એમ માને છે કે લોહીમાં પાણી ફરે છે, તે પાણીવાળું લોહી ફરતુંફરતું બે વૃક્કમાં આવે છે, ત્યારે વૃક્ક લોહીમાંથી ખરાબ પાણી જીરું પાડી શુદ્ધ લોહીને આગળ મોકલે છે અને છૂટા પડેલા ખરાબ પાણીને બે ગવિની દ્વારા મૂત્રાશયમાં મોકલી આપે છે. એ રીતે પેશાબ મૂત્રાશયમાં ભેગો થવાથી મૂત્રમાર્ગ દ્વારા બહાર નીકળે છે. આ દાકતરી માન્યતા બરાબર નથી એવું મેં ‘માંદગીનાં કારણો’ નામની પુસ્તિકામાં બતાવ્યું છે.

**મૂત્રકૃમ્મ અને મૂત્રાઘાત વચ્ચે તફાવત:** મૂત્રકૃમ્મમાં પેશાબ પેદા તો થાય છે પણ વાયુથી રોકાય છે, તેથી મૂત્રાશય અને પેડું ફૂલેલાં દેખાય છે. પણ મૂત્રાઘાત એટલે તો મૂત્રનો આઘાત-મૂત્રનો નાશ-મૂત્ર પેદા જ ન થાય. નાના આંતરડામાં ગ્રહણીમાંથી ખોરાકનો જે અવશેષ આવે તે પ્રવાહીને બદલે ઘટ્ટ જ આવે, તો એમાં પ્રવાહી તત્ત્વ ન હોવાથી પાણી ઝમીને મૂત્રાશયમાં જઈ શકે નહિ. આથી મૂત્રાશય ખાલી રહે છે અને એમાં વાયુ ભરાઈ જાય છે. આ રીતે મૂત્ર ઉત્પન્ન ન થવાથી પેશાબ થાય નહિ અને પેશાબની જગ્યાએ બળતરા થાય છે. મૂત્રાઘાત ૧૧ જાતના છે.

**ઉપાય:** આ રોગમાં રોજ હીમજ આપવી. હરીતકયાદિ ક્વાથ, ગોક્ષુરાદિ ક્વાથ કે પુનર્નવાદિ ક્વાથમાંનો ગમે તે એક ક્વાથ દ્વિસમાં બે વખત આપવો તથા નવસાર કે સૂરોખાર આપવો.

ક્વાથના પાઠ માટે જીઓ મૂત્રકૃમ્મ.

**ખેરાક:** ખેરાક મૂત્રકૃમ્મની માફક આપવો.

## ૩૫ : અશ્મરી-પથરી (Stone)

**પથરી શી રીતે થાય છે?** જઠરાગ્નિ ચાર જાતનો છે : સમ, વિષમ, તીક્ષ્ણ અને મંદ. વાયુના પ્રકોપથી અગ્નિ વિષમ થાય છે, પિત્તના પ્રકોપથી તીક્ષ્ણ થાય છે અને કફના પ્રકોપથી મંદ થાય છે. કોઈ પણ રોગ મંદ અગ્નિ વિના થઈ શકતો નથી અને મંદ અગ્નિ કફના પ્રકોપ વિના થઈ શકતો નથી.

હવે જેને મંદ અગ્નિ હોય તેને ખાધુંપીધું ખરાબર પચે નહિ. તેથી લોહી, ઝાડા અને પેશાબમાં ઘણો કચરો રહે છે.

**વૃક્કમાં પથરી :** ઉત્પત્તિ અને લક્ષણ : લોહીમાં ફરતો કફ જ્યારે વૃક્ક(Kidney)માં ચોટે અને એ ચોટેલા કફની આસપાસ રોજ દ્વાર બાઝત્યા કરે, સારે વૃક્કમાં પથરી બંધાય છે. આમ જેને વૃક્કમાં પથરી થાય તેને વૃક્કમાં દુઃખાવો થાય છે તથા પેશાબ સાથે કાઈ-કાઈવાર લોહી આવે છે.

**ગવિનીમાં પથરી :** ઉત્પત્તિ અને લક્ષણ : ટેટલીક વાર પથરી વૃક્કમાંથી છૂટી પડી જતરીને ગવિની(ureter)માં પણ આવે છે. જ્યારે પથરી ગવિનીમાં હોય ત્યારે ચૂંક આવવા જેવું દુઃખ થાય છે.

**મૂત્રાશયમાં પથરી :** ઉત્પત્તિ અને લક્ષણ : વળી પેશાબમાંનો કફ જ્યારે મૂત્રાશય(Bladder)માં ચોટે અને તે કફની આસપાસ પેશાબનો બીજો કચરો બાઝત્યા કરે, સારે મૂત્રાશયની પથરી બંધાય છે. મૂત્રાશયની પથરીવાળો ફરદી ઇન્દ્રિયને ચોળચોળ કરે છે, પેશાબ કરતાં એને બળ કરવું પડે છે અને બળ કરવાથી ટીપેટીપે પેશાબ થાય પણ સાથે ઝાડો પણ થઈ જાય છે.

**શુક્રાશ્મરી :** વળી વિષયવાસના પ્રમળ હોવા છતાં વિષયની તૃપ્તિ ન થઈ શકે કે અધૂરી રહે કે એવા બીજા કોઈ પણ અરણ્યસર જ્યારે વીર્ષ નીકળવાને બદલે માર્ગમાં રોકાઈ જાય છે, સારે જે પથરી થાય છે તેને શુક્રાશ્મરી કહે છે. બળદ પાસે પરાણે

અલ્પઅર્થ પળાવાતું હોવાથી બળદો શુક્રાશ્મરીના ખાસ ભોગ અર્થ પડે છે. અંગ્રેજી વૈદક શુક્રાશ્મરીને ઓળખતું નથી.

આયુર્વેદની ક્ષ્ણ, પિત્તજ અને વાતજ પથરીને મળતી અંગ્રેજી વૈદકમાં પણ ત્રણ પ્રકારની પથરી માની છે : Oxalic Lithianી તથા Phosphateની.

**આયુર્વેદના ઉપાય :** આયુર્વેદમાં પથરી શસ્ત્રક્રિયાથી પણ કાઢી શકાય છે અને દવાથી પણ મટારી શકાય છે. આયુર્વેદની શસ્ત્રક્રિયા સરળ છે. પહેલાં પથરી શોધી, નીચે ઉતારી પછી પથરીને કાઢવામાં આવે છે.

પણ ચતી પથરી મટાડવામાં શસ્ત્રક્રિયાની જરૂર પડતી નથી. રોજ હીમજ લેવાથી અને દિવસમાં બેવાર સવારસાંજ હરીતકપાદિ ક્વાથ પીવાથી ગમે તેવી પથરીની રેતી અર્થ પેશાબ દ્વારા બહાર નીકળી જાય છે.

**ખોરાક :** ખોરાક મૂત્રકૃચ્છ્ર પ્રમાણે આપવો.

## ૩૬ : મેહ—પ્રમેહ—ઊંઘાળા પેશાબના વીસ જાતના રોગ (Diseases of Urine)

**પ્રમેહનું સાચું લક્ષણ :** મેહ એટલે પેશાબ કરવો. સઃમાન્ય રીતે માણસને ચોવીસ કલાકમાં ત્રણથી છવાર દરેક વખતે જ સ્ત્રેર નેટલો પેશાબ થાય ત્યાંસુધી મેહરોગ મનાતો નથી. પણ મેહરોગ થયો છે કે નહિ એનો નિર્ણય કરવા માટે આપણે ઉપર જણાવેલું ધોરણ સ્વીકારવું નહિ. ગમે તેટલીવાર અને ગમે તેટલો પેશાબ થાય પણ જો પેશાબ ઊંઘાળા હોય તો જ રોગરૂપ છે.

તાવ, અજીર્ણ વગેરે રોગોના ઉપદ્રવરૂપે ઊંઘાળા પેશાબ આવે તે મેહરોગ કહેવાતો નથી. પણ જો અન્ય રોગ સિવાય સ્વતંત્ર રીતે ઊંઘાળા પેશાબ આવે તો જ એને મેહ રોગ કહેવાય છે.

**અતિસાર અને પ્રમેહની સરખામણી :** જેમ અતિસારમાં સાત ધાતુઓ (અજરસ, લોહી, માંસ, ચરબી, હાડકાં, મજ્જા અને વીર્ય), સાત ઉપધાતુઓ (ધાવણુ, સ્ત્રીનું રજ, વસા, પરસેવો, દાંત, વાળ અને ઓજસ) તથા ત્રણ દોષ (વાત, પિત્ત અને કફ) દ્રવરૂપે ઝાડાવાટે બહાર નીકળી જાય છે, તેમ મેહમાં સાત ધાતુ, સાત ઉપધાતુ અને ત્રણ દોષ પેશાબ દ્વારા બહાર નીકળી જાય છે.

**પેશાબ ડહોળો કેમ આવે છે ?** એક ધાતુ એના પછીની ધાતુને પોષણુ દેવા દ્રવરૂપ બની જાય, તે વખતે મંદાગ્નિને લીધે પોષણુ દેવાને બદલે મૂત્રાશય (Bladder)માં આવી પેશાબ દ્વારા નીકળી જાય, ત્યારે પેશાબ ડહોળો આવે છે. આ મેહ કહેવાય છે.

**મેહના પ્રકાર :** તેનું સાધ્યાસાધ્યપણું : આ મેહ ૨૦ જાતના છે: ૧૦ કફના, ૬ પિત્તના અને ૪ વાયુના. તેમાં કફના મેહ સાધ્ય છે; કારણ કે લાંબણ વગેરે ઉપચાર સમ એટલે અનુકૂળ થઈ પડે છે. પણ પિત્તના મેહ યાત્ર (દવા કરે ત્યાંસુધી સારું રહે, પણ દવા ન કરે ત્યારે અસાધ્ય થઈ જાય એવા) અને વાયુના અસાધ્ય છે; કારણ કે પિત્ત ઓછું કરવા સાકર વગેરે ઠંડા ઉપાય કરવાથી ધાતુઓ વધે અને પરિણામે મેહ પણ વધે, તે જ પ્રમાણે વાયુને ઘટાડવા ગરમ ખોરાક આપવાથી પિત્ત વધે અને પરિણામે ધાતુઓ બગડી મેહ વધે છે અને વાયુને ઘટાડવા સ્નિગ્ધ ખોરાક આપીએ તોપણ ધાતુઓ વધે અને મેહ પણ વધે છે અને રક્ત ખોરાક આપીએ તો વાયુ વધે અને વધેલો વાયુ ધાતુને બગાડી મેહ વધારે છે. આમ પિત્ત અને વાયુના મેહમાં ચિકિત્સા વિપરીત છે.

**બુદાબુદા રંગનો પેશાબ કેમ આવે છે ?** આયુર્વેદમાં વીસ જાતના મેહનાં બુદાંબુદાં નામ પાડ્યાં છે. તે પેશાબના સ્વાદ ઉપરથી નહિ પણ રંગ ઉપરથી પાડ્યાં છે.

જે જે ધાતુ, ઉપધાતુ કે દોષ દ્રવરૂપે પેશાબમાં નીકળે છે, તેના રંગે રંગાયેલો બુદાબુદા રંગવાળો પેશાબ આવે છે.

**ડાયાબીટીસ :** જો પેશાબનો સ્વાદ ખળો હોય તો અંગ્રેજ વૈદ્ય એને ડાયાબીટીસ ( Diabetes ) કહે છે. ખોરાકમાંથી સાકરનું તત્ત્વ કાળજી ( liver )માં ઉત્પન્ન થાય છે. તેમાં બેમુ પિત્ત બળે છે. પણ એમાં ન્યારે ગ્રંથણીમાંથી પેન્ક્રીઅસ ન્જસ ( Pancreas Juice ) ભેગો બળતો નથી, ત્યારે એ સાકર હૃદયમાં થઈને વૃક્ષ ( Kidney )માં થઈ ત્યાંથી છૂટી પડી, શ્વાસોચ્છ્વાસ દ્વારા બહાર નીકળવાને બદલે પેશાબ દ્વારા બહાર નીકળે છે, તેને અંગ્રેજ વૈદ્ય ડાયાબીટીસ કહે છે. ડાયાબીટીસવાળા દરદીના પેશાબ ઉપર કીડી મઠકાડા ભેગા થાય છે, દાકતરી વિદ્યાની ઉપર પ્રમાણેની સમજણ હોવાથી લિવરની સાકર સાથે પેન્ક્રીઅસ ન્જસ ભેળવવા માટે ઈન્સ્યુલીન નામે ઓળખાતા રસનું ઈન્જેક્શન એ લોકો આપે છે. તેથી કાયમની રાહ થતી નથી, પણ કેટલીકવાર ઊલટો મૂર્ચ્છાનો ઉપદ્રવ ઊભો થાય છે.

**આયુર્વેદના ઉપાય :** મેહના ઉપચારમાં રોજ હીમજન આપવી ખૂબ કસરત કરાવવી કે જેથી શ્વાસોચ્છ્વાસ વધે અને શ્વાસોચ્છ્વાસ દ્વારા સાકર વગેરે બહાર નીકળી જાય.

દિવસમાં બેત્રણવાર તોલોતોલો આમળાં ને હળદરનું ભેજ ચૂર્ણ ફકાવવું.

લોહભસ્મ એક રતિભાર, મુવર્ણમાક્ષિક એ આનીભાર, દરિયા કિનારે ઊગતું ચેરિયું, શિલાનિત ( બે વાલ ) વગેરે પેશાબ લાવના ઔષધ આપવાં. ચેરિયું એ ઉગ્ર વમનવિરોધન છે. પણ રોજ એકએ તોલો આપવાથી આઠદસ દિવસમાં ગમે તેવા પ્રમેહમાં ફાયદો થાય છે.

**ઉપવાસ :** મેહમાં લાંધણું કરાવવી અને લાંધણું સાથે પણ બળ પ્રમાણે ઉપરનાં ઔષધ આપવાં. લાંધણુંમાં ચેરિયું ન આપવું. ન્યારે મેહ ઉગ્ર રૂપ પકડે ત્યારે એ પ્રમેહ કહેવાય છે. ન્યાં પ્રમેહ રોગમાં પીટિકા એટલે ફાલ્લીઓ કે ગૂમડાં થાય ત્યારે તે ચટતો નથી.

**ખોરાક :** લાંધણું પછી તાવવાળા કમ પ્રમાણે ખોરાક આપવે



### ૩૭ : કાશ્ય—કૃશતા-દૂબળાપણું (Emaciation)

**કાશ્યરોગનાં લક્ષણ :** દરદીનાં કુદા, પેટ અને ડોક પાતળાં, સુકાઈ ગયેલાં હોય છે, નાડીઓનાં જળાંતો વિસ્તાર દેખાઈ આવે છે, ચામડી અને હાડકાં સુકાઈ જાય છે, એના સાંધા અને મોં પ્રમાણમાં મોટાં લાગે છે.

ક્ષય, બરમક, સળેખમ વગેરે રોગને લીધે દૂબળાપણું થયું હોય, તો સ્વતંત્ર કાશ્યરોગ કહેવાય નહિ. એવા દૂબળાપણામાં તે તે મૂળ રોગના ઉપાય કરવા, પણ સ્વતંત્ર કાશ્યરોગમાં નીચેના ઉપાય કરવો.

**ઉપાય :** દિવસમાં બેવાર એકએક તોલો આસોદ (આસગંધ) દેકાવી ઉપર દૂધ પાવું.

**ખોરાક :** ખોરાકમાં મુખ્યત્વે દૂધ આપવું અને પછી જૂખ પ્રમાણે બીજો ખોરાક આપવો.

### ૩૮ : મેદોવૃદ્ધિ—ચરબી વધવી (Obesity)

**ઉત્પત્તિ :** ભયંકરતા : શરીરની સાત ધાતુઓ છે, તેમાંની એક મેદ અથવા ચરબી છે. શરીરની સાત ધાતુમાંથી કેઈ પણ ધાતુ યોગ્ય પ્રમાણ કરતાં ઘટે કે વધે તે દરેક સ્થિતિને આયુર્વેદમાં રોગરૂપ ગણી છે; છતાં મેદોવૃદ્ધિને રોગોમાં સ્વતંત્ર સ્થાન આપવાનું કારણ એ છે, કે મેદ વધવાથી બહુ ભયંકર પરિણામો આવે છે. મેદ વધવાથી હરસ, બગંદર વગેરે ભયંકર રોગો થાય છે. આ રોગ સામાન્ય રીતે ઘણા મુખી તથા બેસી રહેનાર માણસોને થાય છે. રોગ વધતાંવધતાં દરદીની સ્થિતિ એવી થઈ જાય છે કે પોતે પોતાના કામનો પણ રહેતો નથી. એને ખૂબ ખાવા જોઈએ છીએ અને ખાધા પછી વા સરે એટલે પાછ જૂખ લાગે અને

ખીનું ખાવા નોઈએ છે. આમ ખા-ખા કરવાથી મેદમાં વધારો થયા જ કરે છે.

**ઉપાય :** હીમજ તોલો ૧ રોજ બેવાર આપવી. ચોખ્ખું મધ અને પાણી પાવાથી આ રોગ મટે છે. રોગ મટ્યા પછી પણ હીમજનું સેવન ચાલુ રાખવું.

**ખોરાક :** ખોરાક લૂખો હોવો નોઈએ. દાળ, ભાત, શાક, ખીચડી અને થોડી છાશ આપવાં.

### ૩૯: ઉદરરોગ—પ્લીહોદર

(Enlargement of the Spleen),

ચક્રત્ત્વાલ્યુદર, બદ્ધગુદોદર, પરિસ્ત્રાવ્યુદર, જળધર

ઉદરરોગ કેને થાય ? મંદાગ્નિવાળાને, તાવમાં ખાનારને, વારંવાર ભારે ખોરાક ખાનારને, રેચ લીધા પછી ત્રણ દિવસ સુષીમાં ગમે ત્યારે ભારે ખાનારને કે ઠંડાં પીણાં પીનારને અને કામમાં અધેશવાળાને ઉદરરોગ થાય છે.

**પ્રકાર :** ઉદરરોગ આઠ છે : કફોદર, પિત્તોદર, વાતોદર, ત્રિદોષોદર, પ્લીહોદર (બરલનું વધવું—Enlargement of the Spleen), ચક્રત્ત્વાલ્યુદર (કાળજનું વધવું—Enlargement of the Liver), જળધર (Ascitis), બદ્ધગુદોદર અને પરિસ્ત્રાવ્યુદર. (પ્લીહોદર તથા ચક્રત્ત્વાલ્યુદરને ભેગા-એક ગણ્યા છે.)

**કફોદરનું લક્ષણ, ઉપાય તથા ખોરાક :** કફોદરમાં પેટ ફૂલેલું રહે છે અને જીખકા કે ઓકારી આવે છે. એમાં હીમજ તોલો ૧ કે ગૌમૂત્ર શેર ૦ આપવું. ખોરાકમાં પચે તે પ્રમાણે ગાયનું દૂધ આપવું. પાણી ઘણું થોડું પાવું.

**પિત્તોદરનું લક્ષણ, ઉપાય તથા ખોરાક :** પિત્તોદરમાં પેટ ફૂલેલું રહે અને પેટમાં બળતરા થાય. એમાં હીમજ તોલો ૧ કે

દિવેલ આપવું. ખોરાકમાં પચે એટલું દૂધ તથા પીવા માટે થોડું પાણી આપી શકાય.

**વાતોદરનું લક્ષણ, ઉપાય તથા ખોરાક :** વાતોદરમાં પવનથી પેટ ફૂલેલું રહે, જ્યારે આધ્માન અને આટોપમાં પેટ ફૂલીને પાણું બેસી જાય, એટલે વાતોદર અને આદરામાં ફેર છે. વાતોદરમાં હીમજ તોલો ૧ કે દિવેલ આપવું. ખોરાકમાં માફકસર દૂધ અને પીવા થોડું પાણી આપી શકાય.

**ખરલ કે કાળજી વધે તેના ઉપાય તથા ખોરાક :** ખરલ કે કાળજી (Spleen કે Liver) વધે ત્યારે પણ હીમજ કે દિવેલ આપવાં, ગોમૂત્ર આપવું, મધ સાથે પીપર ચટાડવી, દિવસમાં બેવાર દરેક વખતે પીપર પાવલીભાર (૧૧ તોલો) ચટાડવી. પીપરનો દાર્ઢ પણ પ્રયોગ લાગત ૩૦ દિવસથી વધારે કરવો નહિ. પીપર વધારે લાગત લેવાથી માંસને ખાય છે; માટે દૂધનું અનુપાન રાખવું. ખોરાકમાં માફકસર દૂધ આપવું. પાણી થોડું આપી શકાય.

**ખદ્ગુદોદર-ઉપાય :** આંતરડાંમાં ઝાડાનો માર્ગ ગાંઠ, ખૂમડા કે સોજાને લીધે રોકાઈ જાય, ત્યારે ઝાડા આંતરડાંમાં ભરાઈ રહે છે અને પેટ ફૂલી જાય છે. આ રોગમાં શસ્ત્રક્રિયા કરવી પડે છે.

**પરિસ્થાન્યુદર-ઉપાય :** પરિસ્થાન્યુદરમાં આંતરડાંમાં છિદ્ર પડી જાય છે તેથી છિદ્રમાંથી ઝાડાપાણી વગેરે બહાર નીકળે છે અને આંતરડાં અને આંતરડાં ઉપરના પ્રેક્ષાવરણ પડદા (Peritoneum)ની વચ્ચે ભરાઈ રહે છે; તેથી પેટ ફૂલેલું રહે છે. આમાં શસ્ત્રક્રિયા કરવી પડે છે.

**જળધરમાં પાણી રી રીતે કાઢવું ?** આયુર્વેદમાં ભગવાન ચરક બધું પાણી એકસાથે કાઢવાનું કહે છે પણ ભગવાન ધન્વંતરિ થોડુંથોડું પાણી કાઢવાનું કહે છે, જેથી દરદી નબળો ન પડી જાય. આયુર્વેદની ક્રિયાથી નવું પાણી થઈ શકે નહિ અને ભરાયેલું પાણી ધીમેધીમે થોડાથોડા દિવસને અંતરે કાઢે તો નવું

પાણી ભરાય નહિ, હોય એટલું ધીમેધીમે નીકળી જાય અને દરદી નખળો પડે નહિ.

**જળધરના ઉપાય :** પાણી કાઢ્યા વિના પણ જળધર મટે છે. પાણી, ગોમૂત્ર વગેરે દ્રવ તથા લવણ સમૂળમાં બંધ કરવાં. પાણીનો સ્પર્શ પણ થવા દેવો નહિ. ખોરાકમાં સવારસાંજ ૦૧ શેર-૦૧ શેર માયનું દૂધ (પાણીવિનાનું) પાતું અને પચે તે પ્રમાણે ધીમેધીમે દૂધનું પ્રમાણ વધારવું. આટલું કરવાથી જળધરવાળાનું પેટ રોજનું એક ઈંચ જરૂર ઘટે છે. રોજ હીમજ તોલો ૧ આપવી.

**જળધરમાં શા માટે અને કેમ પાટો બાંધવો ?** જળધરમાં જેમ જેમ પેટનું પાણી સુકાતું જાય તેમ તેમ પેટની ચામડી નરમ પડતી જાય છે. તેથી પેટની આસપાસ બહુ કઠણ પણ નહિ અને હીલો પણ નહિ એવો પહોળો પાટો બાંધેલો રાખવો, નહિ તો સુકાયેલા પાણીની જગ્યામાં પવન ભરતો છે અને પેટ ફૂલી જાય છે. પાટો હીલો હોય તો પવન ભરાય છે અને કઠણ હોય તો દરદીના હાથપગ કાળા થઈ જાય છે; માટે પાટો સંભાળપૂર્વક બાંધવો.

**જળધરનું પૂર્વરૂપ :** જળધર થતા પહેલાં હાથપગ અને મોં ઉપર થોડા સોજા આવે છે અને પેટની નસો ઉપર તરી આવેલી દેખાય છે.

**ઉદરરોગોની ભયંકરતા :** આડે ઉદરરોગ ભયંકર છે પણ જળધર, બદ્ધગુદોદર અને પરિસ્રાબુદર બહુ ભયંકર છે. છેલ્લા બે તો અંકબે અઠવાડિયામાં મારી નાખે છે.

**ઉદરરોગોમાં ઉપાય કયાં સુધી કરવા ?** માટે બધા ઉદરરોગોમાં ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણેની ચિકિત્સા લગભગ એક વર્ષ સુધી કરવી જોઈએ.

**જળધરના દરદી માટે દૂધ તૈયાર કરવાની રીત :** માયનું દૂધ જાતદેખરેખ નીચે આપણા વાસણમાં દોહવડાવવું.

તેમાં જેટલું દૂધ હોય તેટલું જ પાણી નાખવું. પછી ન્યારે એ દૂધપાણી ઊકળતાંઊકળતાં પાણી બળી જાય અને દૂધ હતું એટલું બાકી રહે ત્યારે ઉતારી લેવું. દૂધમાં ઉમેરેલા પાણીનો અંશ રહે નહિ તેમ જ દૂધ પોતે બળી જઈને હોય એના કરતાં ઓછું થાય નહિ એ માટે ખાસ કાળજી રાખવી.

## ૪૦ : શોથ-સોજ (પાણીના)

**આગંતુક પ્રજ્વશોથ :** શોથ એ પ્રકારનો છે : લોહીનો અને પાણીનો. વાગવાથી નસો, રગો કે જાળાં (કેશવાહિની - Capillaries) માંથી લોહી બહાર ઝમે અને સોજો આવે કે જૂમડું થાય તેને આગંતુક પ્રજ્વશોથ કે પ્રજ્વ કહેવાય છે.

**પ્રજ્વશોથ :** વળી લોહી બગડે તેથી નસો, રગો કે જાળાંમાં લોહી બરાબરે રોકાઈ રહેવાથી કે બહાર નીકળવાથી સોજો આવે અથવા જૂમડું થાય તે પ્રજ્વશોથ કે પ્રજ્વ કહેવાય છે.

**પ્રજ્વશોથનો ઉપાય :** જો ઉપર જણાવેલો લોહીનો સોજો હોય તો એ લોહીને પાછું રગો વગેરે પાસે અંદર ચુસાવવું જોઈએ, નહિ તો એમાંથી પરુ થાય છે. આવા પ્રજ્વશોથનો વિષય અલગ પ્રકરણમાં લેવામાં આવશે.

**પાણીના સોજા કેવી રીતે આવે ?** આ પ્રકરણમાં તો પાણીના સોજાની વાત છે. પાણીના સોજા શરીરમાં કેવી રીતે આવે છે તે સમજવા માટે નીચેનો દહીંનો દાખલો ઉપયોગી થઈ પડશે :

**દહીંનો દાખલો :** દૂધમાં ખટાશ (Acid) નાખવાથી દૂધને પડેલાં તો સાધારણ ગરમી લાગવાથી દૂધનું દહીં થાય છે. પછી વધારે વખત દહીંને રાખી મૂકવાથી અથવા વધારે તાપ આપવાથી વધારે ખટાશ થાય છે, તેથી વળી વધારે ગરમી પેદા થાય

છે. તેને લીધે દૂધમાંનું પાણી દહીંમાંથી જુદું પડવા માટે છે અને એ તળે રહેલા દહીંના પાણી (મસ્તુ) ઉપર દહીં તરે છે. આમ થયા પછી પણ વધારે સમય એ દહીં એ સ્થિતિમાં પડ્યું રહે અથવા એને વધારે તાપ આપવામાં આવે, તો વધારે ખટાશ થાય અને તે ખટાશમાંથી પાછી વધારે ગરમી પેદા થાય. તેથી દહીં બગડી જાય છે. દહીંના ઉપર કાણુંકાણું પડી જઈ દહીંને નારા થાય છે.

જેમ દહીંમાં તેમ લોહીમાં પણ પાણીનું તત્ત્વ તો હોય છે. તે પાણી શરીરની ગરમીને લીધે લોહીમાંથી છૂટું પડીને માંસ અને ચામડી વચ્ચે ખાલી જગ્યાઓ (એરિઓલ્સ—Areoles) છે ત્યાં ભરાય છે. તેને લીધે શરીરનાં અંગો સુકાતાં નથી અને લીલાં રહે છે. પણ જ્યારે વૃદ્ધાવસ્થામાં વાયુ વધે છે અને તે વધેલો વાયુ રગો (Arteries), નસો (Veins) અને જળાં (Capillaries) ને સુકવી નામે છે, ત્યારે તેમાં ફરતા લોહીમાંથી પાણી છૂટું પડીને બહાર ઝમી શકતું નથી; તેમ જ ઝમેલું પાણી રગો, નસો ને જળાં પાછું પોતાની અંદર ચૂસી શકતાં નથી. તેથી ધીમેધીમે શરીર સુકાતું જાય છે. આ રીતે લોહીમાંથી પાણી પ્રમાણસર ઝમે તે શરીરને લીધું રાખવા જરૂરનું છે.

પણ જ્યારે મંદ જઠરાગ્નિને લીધે તાવ આવે; અને તાવમાં ખોરાક, પીણું કે વધારેપડતું પાણી આપવામાં આવે, ત્યારે લોહી ભેરું વધારે પાણી ભળે છે, અને તાવની ગરમીને લીધે લોહીમાંનું પાણી છૂટું પડવા માટે છે, તેથી ખરાબ પાણી લોહીમાંથી વધારે પ્રમાણમાં છૂટું પડી, જળાંમાંથી એરિઓલ્સમાં વધારે પ્રમાણમાં ભરાય છે. જેમજેમ પાણી માંસ અને ચામડી વચ્ચે વધારે ભરાય છે, તેમતેમ માંસથી ચામડી છૂટી પડીને ઊંચી થતી જાય છે; આનું નામ સોજો. આ પાણીનો સોજો પાકતો નથી, એટલે એનું પરુ થતું નથી.

આ બગડેલા વિનનતીય પાણીને જળાં પાછું ચૂસી શકતાં

નથી; કારણ કે આ જળાંતે નવું પાણી મળ્યા કરતું હોવાથી લોહીમાં પાણીનું પ્રમાણ વધ્યા કરે છે, એટલે એરિઓલ્સમાં જમા થયેલું પાણી જળાંતે પાછું ચૂસવાની જરૂર પડતી નથી. આ પાણી બગડેલું વિજાતીય હોવાથી શિરાઓ કે લસિકાવિધાન એને લઈ જતું નથી, તેમ પરસેવાવાટે એ પાણી બહાર નીકળતું નથી. વળી આ પાણીને લસિકાવિધાન (જળવાહી સ્થાનો=લીમ્ફેટિક સીસ્ટમ-Lymphatic System) જરૂર નેટલું ચૂસે અને બાકીનું પરસેવા-રૂપે બહાર કાઢવા ચામડીને આપે એવી આશા રાખીએ, પણ પાણી ખરાબ અને વધારે હોવાથી લસિકાવિધાન એ પાણી ચૂસી શકતું નથી અને ચામડી દ્વારા પરસેવારૂપે એ બહાર નીકળી શકતું નથી. આમ એ પાણી વધે જ જાય છે અને દરદીને મરણને આરે લાવી મૂકે છે.

**કંઠમાળ ( Scrofula ) ક્ષય નથી, પાણીના સોજા છે :** લસિકાવિધાનમાંથી એ પાણી ત્યારે શરીરમાં પ્રસરેલી લસિકાવિધાનની ગ્રંથિઓ (Glands) માં ભરાય છે, ત્યારે કંઠ, બગલ, ફેફસાં, જાંઘ, આંતરડાં વગેરે જે ભાગની ગ્રંથિઓ (Glands) માં વધારે પાણી ભરાય છે, તે ભાગનો ટી. બી. થયો એમ કહેવાય છે. આવી કંઠમાળ અથવા ટી. બી. માં તે તે અવયવનો ક્ષય નથી પણ વૃદ્ધિ છે; માટે ટી. બી. ને ક્ષય ગણાય નહિ. તેને ક્ષય સમજીને શરીર વધારવાના ઉપચાર કરવાથી દરદી માર્યો જાય છે. ટી. બી. માં તો જે અંગની ગાંઠો વધી હોય તેને સુકવવી જોઈએ. તેને માટે હીમજ, ઉપવાસ અને હલકો ખોરાક જરૂરી છે. પાણી તરસ લાગે ત્યારે પણ થોડું પીવું. આ પણ એક પ્રકારનો સોજા છે. (એની દવા જીદા પ્રકરણમાં લખી છે.)

**પાણીના સોજાના ઉપાય :** બધા પાણીના સોજામાં પાણીની આવક ઓછી થાય તો શરીરના અવયવોને જેમજેમ પાણીની જરૂર પડે તેમતેમ એરિઓલ્સ વગેરેમાં જમા થયેલું વધારાનું પાણી પાછું

ચુસાય અને બહારથી નવું પાણી મળે નહિ તેથી સોળે ઓછા થતો જાય; માટે સોળમાં પાણી કે કોઈ પ્રકારના દ્રવ તદ્દન બંધ કરવા. આથી જે જાળાંએ પાણીને પોતાની બહાર કાઢી સોળે પેદા કર્યો છે, તે જ જાળાં પાછાં ધીમેધીમે એ પાણીનો ઉપયોગ કરી લેશે અને તેથી સોળ ઊતરશે. સોળમાં પાણી તદ્દન બંધ કરવું. દરદીને પાણીનો કે હવામાંના બેજનો સ્પર્શ પણ ન થાય એ ધ્યાન રાખવું છે.

દવામાં સાટોડી, હરીતકયાદિ ક્વાથ, ગોક્ષુરાદિ ક્વાથ વગેરે મૂત્રક દવા આપવી. (ક્વાથના પાઠ માટે જુઓ મૂત્રકમૂ.) પણ ક્વાથમાં પણ પાણી તો આવે માટે વધારે સોળમાં ક્વાથ આપવા નહિ પણ એ દવાઓ ફકાવવી. વધારે સોળમાં નીચે કહ્યા પ્રમાણે દૂધ આપવું અને દૂધ સાથે હીમજ આપવી, પાણી સાથે નહિ.

**ખોરાક :** ખોરાકમાં માફકસરનું પાણીના ભેગવિનાનું શુદ્ધ ગાયનું દૂધ પચે તે પ્રમાણે કકડેકકડે પાવું. દિવસરાત મળીને અડધો સેર દૂધથી શરૂઆત કરવી. જે એટલાથી કંઈ વિકાર ન થાય તો જ ચારચાર દિવસે અને પછી આઠઆઠ દિવસે દૂધનું પ્રમાણ થોડું વધારવું. એ પ્રમાણે રોજ પચે એટલું જ દૂધ આપવું.

સોળમાં દ્રવની મનાઈ છે, છતાં દૂધ દ્રવ હોવા છતાં આપવાનું કારણ એ છે કે દૂધ સ્નિગ્ધ પણ છે. કાપકું પણ સ્નિગ્ધ છે, કારણ કે એમાં તેલ હોય છે; તેમ જ નાળિયેરના પાણીમાં પણ ચીકણા હોવાથી એ પણ ન છૂટકે થોડું આપી શકાય.

**પાણીના સોળ અનેક નામે ઓળખાય છે :** શરીરના જે ભાગમાં જાળાં વધારે પાણી મૂકી સોળ લાવે તે તે ભાગના સોળનાં જુદાંજુદાં નામ પડે છે અને તેને જુદાજુદા રોગરૂપ ગણાવવામાં આવે છે; જેમ કે વૃદ્ધિ (વધરાવણ=હાઇડ્રોસીસ-Hydrocele), કંઠમાળ વગેરે. પણ પાણીના સોળ ન્યાં હોય છે ત્યાં ચિકિત્સા તો એક જ પ્રકારની હોય છે. જળધરમાં પણ સોળ જેવી જ ચિકિત્સા કરવી.



## ૪૧ : વૃદ્ધિ-વધરાવળ ( Scrotal Enlargement )

**વધરાવળના પ્રકાર :** વૃદ્ધિ અથવા વધરાવળ એ અણ્ડની કોથળીનો રોગ છે. એ સાત જાતનો છે : ક્ષ્મવૃદ્ધિ, પિત્તવૃદ્ધિ, વાતવૃદ્ધિ, રક્તવૃદ્ધિ, અંત્રવૃદ્ધિ, મૂત્રવૃદ્ધિ અને મેદોવૃદ્ધિ.

**વધરાવળ એટલે શું ?** જ્યારે કોથળીના ચામડામાં દંદ, પિત્ત, વાયુ, લોહી, નાનું આંતરડું, પેશાબ કે ચરબીમાંથી એકાદ બરાય છે, ત્યારે ઉપર જણાવેલા પ્રકારમાંથી તે તે પ્રકારનો વૃદ્ધિરોગ થાય છે.

**કદ, પિત્ત અને વાયુની વધરાવળનાં લક્ષણ :** ક્ષ્મવૃદ્ધિમાં જડતા તથા બારેપણું કોથળીમાં લાગે છે. પિત્તવૃદ્ધિમાં બળતરા થાય, વાયુવૃદ્ધિમાં પીડા થાય, ઉપરની ત્રણેય વૃદ્ધિમાં પીડા તો થાય જ પણ સાથે ક્ષ્મવૃદ્ધિમાં જડતા અને ભાર લાગે અને પિત્તવૃદ્ધિમાં બળતરા પણ થાય. રક્તવૃદ્ધિમાં લોહી બરાય અને વખત જતાં લોહીનું પરુ પણ થાય.

**ઉપાય :** ક્ષ્મવૃદ્ધિમાં ઊનું પાણી ને દિવેલ તોલા ૨, પિત્ત-વૃદ્ધિમાં દિવેલ તોલા ૨, વાતવૃદ્ધિમાં ગરમ દૂધ તોલા ૫ અને દિવેલ તોલા ૨ ભેળું પાવું. રક્તવૃદ્ધિમાં દિવેલ આપવું અને કોથળીને ત્રીહિમુખશસ્ત્રથી અને દ્વિમુખનલિકાથી વીંધી (Tap કરી) ને લોહી કાઢી નાખવું, નહિ તો પરુ થાય.

**સારણુગાંઠનું પૂર્વ રૂપ :** ઉધરસ ખાવાથી, છીંક ખાવાથી, પરાણે ઝાડો કરવાથી અને એવાં બીજાં કારણોથી આંતરડાંનો ફેટલોક ભાગ તેની ઉપરના શ્લેષ્માવરણ પડદા (Peritoneum) સાથે કોથળીના માર્ગ(ઈન્ગ્વાઈનલ કેનાલ Inguinal Canal)માં ઊતરી પડે છે. પણ કોથળીના માર્ગમાં આંતરડું ઊતરે તે પહેલાં એ માર્ગના મુખ આગળ થોડા દિવસ સોજે રહે છે. આંતરડું કોથળીના

માર્ગના મુખ આગળ પશુ હોય છે તેને લીધે ત્યાં સોજો થાય છે; આ સારણગાંડનું પૂર્વરૂપ છે. આવો સોજો હોય ત્યાંસુધી આ રોગ (અંત્રવૃદ્ધિ) મટી શકે છે, એમ આયુર્વેદ કહે છે.

**પૂર્વરૂપમાં ઉપાય :** આ માર્ગના મુખ સુધી ઊતરી આવેલું આંતરડું દિવેલ પીવાથી ફરી પાછું પોતાને સ્થાને ગોઠવાઈ જાય છે. વાયુને લીધે આંતરડું સુકાઈ પાતળું થઈ ગયું હોય છે, તેથી એ ક્રોથળીના માર્ગમાં ઊતરી પડે છે, પણ ક્રોથળીમાં ઊતરી પહેલાં જો દરદી દિવેલ પીએ, તો દિવેલની ચિકટતા (સ્નિગ્ધતા) થી વાયુ અનુલોભ થાય અને સુકાયેલું આંતરડું પાછું અસલ હતું એવું બનું થાય. તેથી ક્રોથળીના માર્ગમાં ઊતરી શકે નહિ. માટે આંતરડું ક્રોથળીમાં ઊતરે તે પહેલાં સોજા જેવો દેખાવ કરી, ક્રોથળીના માર્ગ પાસે બહાર પડ્યું હોય ત્યાંસુધીમાં દિવેલ પીવાથી ફાયદો થાય છે. પણ એકવાર આંતરડું ક્રોથળીમાં ઊતરે ત્યારપછી દિવેલ પીએ તોપણ માર્ગ લપટેા પડી જવાથી ચડાવેલું આંતરડું પણ પાછું ક્રોથળીમાં ઊતરી પડે છે; માટે આયુર્વેદ કહે છે કે જો માર્ગના મુખમાંથી આંતરડું ક્રોથળીમાં ઊતરે, તો તે રોગ અસાધ્ય છે.

**સારણનો ફાંસો : તેની ભયંકરતા :** ક્રોથળીમાં ઊતરેલું આંતરડું એવું હોય છે. હવે કેટલીકવાર વાયુના અતિશય જોરને લીધે ક્રોથળીમાં ઊતરેલા આંતરડાંમાં આંટી પડી જાય છે, તેથી આંતરડાંમાં ઝાડાનો માર્ગ ભિંસાઈ જાય છે, તેથી ઝાડો અને પવન રોકાઈ જાય છે, તેથી અત્યંત વેદના થાય છે. આને વિગુણ અંત્રવૃદ્ધિ અથવા સારણનો ફાંસો કહેવામાં આવે છે. જો વાયુ અનુકૂળ થઈ જવાથી આંટી ઊઠેલી જાય, તો વેદના બંધ થાય છે; નહિ તો વિગુણ અંત્રવૃદ્ધિવાળાનું ત્રણવાર દિવસમાં મૃત્યુ થાય છે. સાદી અંત્રવૃદ્ધિ- (સારણગાંડ=Hernia)માં વેદના હોતી નથી.

**મૂત્રજવૃદ્ધિ : ઠાકતરી ઉપાયથી થતું નુકસાન :** બ્યારે બળાં (Capillaries)નું પાણી ક્રોથળીની આમટીના શ્લેષ્માવરણમાં

ટ્યુનિકા વેનઝનલ (Tunica Vaginal) નામના પડમાં ઝમીને બેથું થાય છે ત્યારે મૂત્રવૃદ્ધિનો રોગ (Hydrocele) થયો એમ કહેવાય છે. વૈદકમાં આ પાણી (Tap કરીને) કાઢી નાખવાનો એક ઉપાય છે, પણ તેથી બરાયેલું પાણી કાઢી શકાય, નવું ઉત્પન્ન થતું મટાડી શકાય નહિ, અને પાણી નવું ઉત્પન્ન થતું મટે નહિ ત્યાંસુધી આ રોગ પણ મટે નહિ.

**મૂત્રજવૃદ્ધિનો ઉપાય :** માટે આ રોગમાં પણ પાણી તદ્દન બંધ કરી જળબંધર અને સોજામાં કહ્યું છે. તેમ પાણી પાવાનું બંધ કરી દૂધનો પ્રયોગ કરવો તથા દિવેલ પાવું.

**મેદોજવૃદ્ધિના ઉપાય :** મેદોજવૃદ્ધિમાં દિવેલ આપવું. ચામડી ચીરીને અંદરથી મેદ (ચરબી) નીચેની કાઢવી. ચરબી વધે એવા ખોરાક આપવા નહિ. એટલે દૂધ, દહીં, ઘી, ગળપણ, લોટ, મીઠાઈ વગેરે બંધ કરવાં.

**ખોરાક :** મૂત્રવૃદ્ધિ સિવાય બીજા બધા પ્રકારની વૃદ્ધિમાં દાળ, ખાત, શાક અને ખીચડીનો દલદો ખોરાક આપવો. કફવૃદ્ધિ અને વાતવૃદ્ધિમાં શેક કરવો.

## ૪૨ : ગલગંડ (Goitre)

**ગલગંડ કેને કહેવાય ?** જેમ મેદોજવૃદ્ધિમાં ઢાંચળા (Scrotum) ની ચામડીમાં ચરબી ભરાય છે તેમ ગલગંડમાં ગળાની ચામડીમાં ચરબી ભરાય છે; અને ગળામાંથી શરૂઆત થઈને વધતાંવધતાં મેદભરેલી ચામડીની ઢાંચળા વધારે ને વધારે નીચે લટકતી જાય છે. તે મેદભરેલી લટકતી ગળાની ઢાંચળા ઉપરથી સાંકડી ને નીચેના ભાગમાં ઉત્તરોત્તર વધારે પહોળી થતી જાય છે. આને ગલગંડ કહેવામાં આવે છે.

**ઉપાય અને ખોરાક :** ગલગંડમાં ચામડીમાં ઊભો કાપ

મૂકવાથી બરાયેલો ચીકણો મેદ નીકળે છે. તેને બરાબર નીચોવી નાખવો. પછી ચામડીને ચૂમડાંની માફક રૂઝવવી. હીમજ તોલો ૧ રોજ આપવી અને ખોરાકમાં ફક્ત દાળ, ભાત, ખીચડી અને શાક આપવાં.

### ૪૩ : અપચી, ગાંડમાળ-કાંઠમાળ (Scrofula)

લસિકાવિધાન એટલે શું? હૃદય રસાશય છે, એટલે હૃદયમાંથી અનરસ લોહી સાથે બળીને શરીરમાં બધે પથરાયેલી ધમનીઓ (Arteries) અને ધમનીનાં જળાં (Capillaries) દ્વારા શરીરને પોષણ આપવા માટે પહોંચી જાય છે. ધમનીઓ અને તેનાં જળાંમાં લોહી સાથે રસ વહે છે, તે વખતે તેમાં સાથેસાથે શરીરનો કચરો પણ બળતો જાય છે. આ ધમનીનાં જળાંમાં વહેતો રસ જળાંમાંથી બહાર ઝમે છે અને તેમાંથી શરીરનાં અંગો અને ધાતુઓ પોષણ મેળવે છે. પછી અંગો અને ધાતુઓ ચૂસી રહે, ત્યારપછી જે ઝમેલો રસ વધે છે તેમાંનો કેટલોક ભાગ શિરાઓ- (Veins) નાં જળાં ચૂસી લે છે, કેટલોક ભાગ માંસ અને ચામડી વચ્ચેની ખાલી જગ્યાઓમાં ભરાય છે અને કેટલોક ભાગ લસિકાવિધાનનાં જળાં ચૂસી લે છે. શિરાનાં જળાંમાં ચુસાયેલો રસ શિરાઓમાં યર્ધને થોડા ક્રમે ફેરસાંમાં શુદ્ધ થતો જાય છે, તે વખતે તેમાંનો કચરો નાકવાટે ઉઘ્ઘાસ સાથે બહાર નીકળી જાય છે. ચામડી અને માંસ વચ્ચેની ખાલી જગ્યામાં ભરાયેલા રસનો કચરો ચામડી નીચેની ચરબીમાંથી પરસેવારૂપે બહાર નીકળી જાય છે; અને લસિકાવિધાને ચૂસેલો રસ પાછો હૃદયમાં લોહી ભેગો દલવાય છે. આ લસિકાવિધાન શરીરમાં બીજો બધે સૂક્ષ્મ છે પણ બે સાચળના મૂળમાં અને ત્યાંથી ભેગું થઈને કરોડની આગુએ થઈ ખભા પાસેથી નીચું વળીને હૃદય સાથે જોડાય છે એટલો ભાગ વધારે સ્થૂલ

છે; તેથી લસિકાની ગ્રંથિઓ (Glands) ગળામાં, ખગલમાં અને સાથળના મૂળમાં વધારે મોટી હોય છે.

**અપચીનો અવયવવાર્થ અને સ્થાન :** ‘અપચી’ શબ્દમાં ‘અ’નો અર્થ ‘નહિ’ થતો નથી પણ ‘અહ્ય’ થાય છે. તેથી અપચી એટલે લાંબે કાળે પાકે એવી લસિકાની પાણી ભરાઈને ફૂલેલી ગાંઠ (Gland). આ ગાંઠો મુખ્યત્વે ત્રણ ઠેકાણે વધે છે : ગળામાં, ખગલમાં અને જાંઘના સાંધામાં એમ આયુર્વેદ કહે છે, જે કે એ ગાંઠો હોય છે તે આખા શરીરમાં.

**કંઠમાળ શી રીતે થાય છે ?** આ અપચી પાકે અને સડવા લાગે ત્યારે એનો સડો ખીણ ગાંઠોને Circulation દ્વારા સડાવે છે. આમ પાણી એક પછી એક ગાંઠમાં અનુક્રમે વધારે ને વધારે ભરાતું જાય છે. આવી એક પછી એક પાકતી ફૂલેલી ગાંઠોની હારને ગંઠમાળ (કંઠમાળ) કહેવામાં આવે છે.

**અપચી અને કંઠમાળના ઉપાય તથા ખોરાક :** અપચી અને કંઠમાળમાં રોજ હીમજ તોલો ૧ આપવી. ઉપવાસ પણ કરાવવા; તેમ જ નીચે આપેલી કાંચનાર મૂગળની ગોળીઓ તોલો ૦૧ દિવસમાં બેવાર વરણાનાં પાંદડાં કે કાંચનાર (ઝીંઝા)ના કવાથ સાથે મળવી. ખોરાક દાળ, ભાત, ખીચડી અને શાકનો હલકો આપવો.

**કાંચનાર મૂગળની ગોળીઓ બનાવવાની રીત :** ભેંશા મૂગળમાં કચરો, માટી વગેરે ચોટયું હોય તે કાઢી નાખી, સાફ કરેલા મૂગળને ખળખળતા પાણીમાં પલાળવો. પાણી ઉપર કચરો તરી આવે તેમ તેમ તે કચરો કાઢી નાખી કચરાવાળું પાણી કાઢી નાખવું. પછી ખીણું ખળખળતું પાણી એમાં નાખી મૂગળને ખૂબ હલાવી કચરો તરી આવે તે કાઢી નાખવો અને એ પાણીમાં મૂગળ આખી રાત રહેવા દેવો. સવારે પાણી નિતારી એક વાસણમાં રાખવું અને તળિયે બેઠેલા મૂગળનો ભોચો ખીજ વાસણમાં લઈ લેવો. એમાંથી કહણુ-૧ ચોળી શકાય એવો ભાગ કાઢી નાખી

એમાં ( ગૂગળના લોચામાં ) નીચે જણાવેલી કાંચનાર વગેરે ૧૧ વસ્તુઓનું ઝીણું ચૂર્ણ નાખી, ખૂબ મસળી એકરસ કરી તેની ગળી શકાય એવડી ગોળીઓ વાળવી. ગોળીઓ વાળતાં જરૂર પડે તો પેલું નીતરેલું પાણી વાપરવું.

કાંચનારની છાલ તોલા ૨૦, સૂંઠ તોલા ૪, પીપર તોલા ૪, કાળાં મરી તોલા ૪, હરડે તોલા ૨, બહેડાં તોલા ૨, આમળાં તોલા ૨, વાયવરણું તોલો ૧, તમાલપત્ર તોલો ૦૧, એલચી તોલો ૦૧ અને તજ તોલો ૦૧—આ ૧૧ દવાઓના કુલ તોલા જેટલો બેંશા ગૂગળ એટલે ગૂગળ શેર ૧ લેવો.

### ૪૪ : ગ્રંથિ-રસોળી (Tumour)

**રસોળીની ઉત્પત્તિ તથા લક્ષણ :** હવે ન્યારે ધાતુના કચરા એક જગાએ ભેગા થતા જાય અને તેની આસપાસ કઠનું પડ બાઝી જાય, ત્યારે એ ગ્રંથિ અથવા રસોળી કહેવાય છે. રસોળી આઘી-પાછી થઈ શકે છે, એટલે એ સ્થિર હોતી નથી. જેમજેમ કચરો વધારે ભરાય તેમતેમ એ વધતી જાય છે.

**રસોળીના પ્રકાર :** રસોળી પોચી અને કઠણ એમ બે જાતની હોય છે, પ્રવાહી કચરો ભરાવાથી પોચી રસોળી થાય છે અને ઘટ્ટ કચરો ભરાવાથી કઠણ રસોળી થાય છે.

**રસોળીના ઉપાય તથા ખોરાક :** પોચી રસોળીને તો રોજ ધીમેધીમે દબાવવાથી ફેડી શકાય છે. પણ કઠણ રસોળીને સત્ત્વ-ક્રિયાથી કે ડામ દર્દને નાખૂદ કરી શકાય છે. પરંતુ કાળજી એટલી રાખવાની કે જે કફના પડમાં એ રસોળી વીંટાયેલી હોય તે પડને તદ્દન નિર્મૂળ કરવું જોઈએ, નહિ તો ખીણવાર રસોળી થાય છે. રસોળીમાં પણ હીમજ તોલો ૧ અને દાળ, ભાત, ખીચડી તથા શાકનો સાદો તેમ જ હલકો ખોરાક આપવો.

## ૪૫ : અર્બુદ-ઝેરી રસોળી ( Cancer )

**અર્બુદ કેને કહેવાય ?** જ્યારે શરીરની કોઈ પણ ધાતુ અમડી ગમે તે અવયવ(local)માં એનો ભરાવો થાય અને તે ભાગ જ વધે જાય, ત્યારે તે અર્બુદ કહેવાય છે.

**અર્બુદનાં લક્ષણ અને અસાધ્યતા :** અર્બુદ એટલે આશુ પર્વત. અર્બુદ એ ઝેરી રસોળી છે. તે પર્વતના જેવી સ્થિર હોય છે, એને આમતેમ ખસેડી શકાતી નથી. માંસાર્બુદમાં માંસ ખૂબ વધવાથી ચામડી ફાટી માંસ બહાર દેખાય છે પણ બહુ પર નીકળે નહિ; કારણ કે અર્બુદ પાકતું નથી. આ રોગ અસાધ્ય છે.

**ઉપાય :** રાહત માટે ડામ દર્દી શકાય, ચામડી કાપી વધતી ધાતુને કાઢી નખાય, તેથી રાહત થાય; પણ ફરી પાછો ભરાવો થાય. અર્બુદમાં હીમજ તથા સારો તેમ જ હલકો ખોરાક આપવો.

જો હીમજ લેવાય નહિ અને ખોરાકની પરેજ રાખી શકાય નહિ, તો ગલગંડ, અપચી, ગંડમાળ, ગ્રંથિ અને અર્બુદરોગોમાંથી ભયંકર ઉપદ્રવો ઊભા થાય છે.

**ગલગંડ વગેરે રોગોમાં બહુ પરુ કેમ નથી થતું ?** ગલગંડ, અપચી, ગંડમાળ, ગ્રંથિ અને અર્બુદમાં પાકીને બહુ પરુ નીકળે નહિ; કારણ કે આ રોગ કદના છે. એમાં પિત્ત ઘણું ઓછું હોવાથી જલદી પાક થતો નથી.

ગલગંડ, અપચી અને ગંડમાળમાં થોડું પરુ થાય છે, પણ ગ્રંથિ અને અર્બુદમાં પરુ થતું નથી.

## ૪૬ : શ્લીપદ-હાથીપગ (Elephantiasis)

**શ્લીપદ શબ્દનો અર્થ :** શ્લીપદ શબ્દ ‘શ્લી’ અને ‘પદ’ બે શબ્દોનો બનેલો છે. આ રોગને એરેબિકમાં દાઉ-ઉલ-શીલ કહેવામાં આવે છે. દાઉ=પગ, ઉલ=નો, શીલ=હાથી. એટલે આ રોગને એરેબિકમાં હાથીનો પગ એવું કહેવામાં આવે છે.

અંગ્રેજ વૈદકમાં આ રોગને Elephantiasis કહેવામાં આવે છે. એનો અર્થ પણ હાથી જેવો સોળે એવો થાય છે. આ ઉપરથી શ્લીપદ શબ્દની એવી વ્યુત્પત્તિ ગોઠવી કાઢવાનું મન થઈ આવે, કે શ્લી=હાથી અને પદ=પગ. પણ સંસ્કૃતમાં શ્લી જેવો કોઈ શબ્દ જ નથી એટલે શ્લીનો અર્થ બીજો બે રીતે સમજાવવામાં આવે છે. કેટલાક લોકો શ્લી એટલે શિલા એમ સમજી, શિલાવત્ એટલે શિલા (પથ્થર) જેવો પગ-એવો શ્લીપદનો અર્થ કરે છે. પણ સંસ્કૃતમાં રૂ અને લૂ નો અભેદ ગણાય છે. એને આધારે શ્લી=શ્રી અને શ્રી=વધવું, એ ઉપરથી શ્લીપદ એટલે વૃદ્ધિ પામતો પગ એવો અર્થ પણ કરી શકાય છે.

**શ્લીપદ કયા પ્રદેશમાં વધારે થાય ?** આ રોગ અનૂપ દેશમાં થાય છે. જે પ્રદેશમાં વરસાદ, નદી, દરિયાનું પાણી બારે માસ ભરાઈ રહે છે તે અનૂપ દેશ કહેવાય છે. ત્યાં કફના રોગ વિશેષ થાય છે.

**શ્લીપદ શી રીતે થાય છે ?** ન્યારે મંદાગ્નિને લીધે આમ થાય છે અને એ મેદ તથા કફવાળો કાચો રસ વહેતોવહેતો સાચળના મૂળમાં જાય છે ત્યારે સાચળના મૂળની ગાંઠો (Glands) વધે છે. તે વખતે ત્રણેક દિવસ તાવ આવે છે. પછી સાચળમાંનો રસ ગુસ્તવા-ઠપ્પણથી નીચે ઊતરી પડના અંગૂઠા તથા આંગળામાં ભરાય છે; અને ત્યાં કફનું પાણી ભરાઈને શ્લીપદરોગની સ્વચ્ચાત થાય છે. પછી જેમજેમ વધારે ને વધારે પાણી (રસ) સાચળ દ્વારા નીચે



ને નીચે ઊતરી જાય છે તેમતેમ પાણી વધારે ને વધારે નીચે ઊતરે છે; અને પગે પાણીનો ભરાવો વધારે ને વધારે ઊંચો ચઢતો જાય છે.

**શ્લીપદ ક્યાં સુધી મટે છે ?** આ રોગ કફપ્રધાન હોવાથી ધીમેધીમે વધે છે. જ્યાંસુધી પગની આંગળીઓથી ચઢતોચઢતો રોગ ઠીંચણ સુધી આવે છે, ત્યાંસુધી એ સાધ્ય છે.

**શ્લીપદ રોગ વધતોવધતો શું કરે છે ?** રોગ વધીને એટલી હદ સુધી જાય છે, કે આખો પગ વધી જાય છે, નાક, કાન, હાથ, જનનેન્દ્રિય, ચેનિના હોઠ, અંડ વગેરેનાં ચામડાં પણ વધે છે. ચામડી જાડી થાય છે અને ઉપરથી ખરછટ થાય છે. રોગ વધે છે ત્યારે ચામડીમાં કાણાંકાણાં પડી જાય છે, ગૂમડાં પણ થાય છે, જલ્ડાં પણ પડે છે.

**શ્લીપદ, ગજચર્મ અને વલ્મીકરોગ વચ્ચે તફાવત :** આ શ્લીપદરોગ ગજચર્મરોગ અને વલ્મીકરોગથી જુદો પડે છે. ગજચર્મમાં ફક્ત ચામડી જ હાથી જેવી જાડી થાય છે, પગ હાથીના પગ જેવો જાડો થતો નથી. વલ્મીકમાં ચામડીમાં છિદ્રો પડે, સોજો આવે, પાકે પણ પગની વૃદ્ધિ હાથી-પગ જેવી થતી નથી.

**શ્લીપદ અસાધ્ય ક્યારે બને ?** શ્લીપદરોગ એક પ્રકારના અણુ જેવો લાગે છે. આ રોગ એક વર્ષથી જૂનો થાય કે ઠીંચણ ઉપર જાય અથવા ગૂમડાં થઈને ચામડી ફાટે, ત્યારે અસાધ્ય બને છે.

**શ્લીપદના ઉપાય તથા ખોરાક :** શ્લીપદના ત્રણ ઉપાય છે : દવા, ડામ અને શસ્ત્રક્રિયા. દવામાં આદુ, સૂંઠ તોલો ૧ દિવસમાં બેવાર વગેરે કફનાશક દવાઓ આપવી. ઉપવાસ અને હીમજથી ફાપદો થાય છે. ખોરાક લૂખો, સાદો અને હલકો આપવો. શસ્ત્રક્રિયામાં પગ અથવા તે તે અંગ કાપી નાખવાં પડે છે.

**ડામ :** ઠીંચણથી પાની સુધીના પગના મધ્ય ભાગ આગળ પાછલી જાણુએ એક ગોળ માથાવાળો ખીલો ખૂબ તપાવીને,

ચારપાંચ પળ સુધી માથાવાળા ભાગથી દબાવવો. એ ડામથી જે કાણું પડે તેને પાટો બાંધવો. રુઝાવા ન દેતાં એ કાણુમાં ચોરના દૂધમાં વીંટેલી મીણુની ગોળા મૂકવી. તેથી ધા રુઝાય નહિ અને પાણી સાથળમાંથી નીચે ન ઊતરતાં આ ડામના કાણુમાંથી બહાર નીકળી જશે. આ અશસ્ત્રીય ક્રિયાને ‘ પોત મૂકવું ’ કહે છે; અને એ ક્રિયા સફળ નીવડે છે.

### ૪૭ : વિદ્રધિ-ગડ (Abscess)

ગડમાં જલદી બળતરા થવા માંડે છે, તે ઉપરથી એનું નામ વિદ્રધિ પડ્યું છે.

ગડ કેવી રીતે થાય છે? વિદ્રધિની શરૂઆત એવી રીતે થાય છે કે પહેલાં દુબ્ધ (ધાતુઓ) બગડે છે. તે આસપાસના ભાગને અંદરથી બગાડીને સડાવે છે. ધાતુઓ બગડ્યા પછી વાત, પિત્ત અને કંક પણુ બગડે છે. વિદ્રધિ શરીરના ઊંડાણમાંથી શરૂ થાય છે અને હાડકું, માંસ અને ચામડી ક્રમેક્રમે સડવાથી અને આસપાસનો ભાગ પણુ સડવાથી એ ગડનો ઉપાડ બહુ બહોળો થાય છે.

ગડનાં વાસ્તુસ્થાન : વિદ્રધિનાં સાત વાસ્તુસ્થાન એટલે નિવાસસ્થાન છે : ચામડી, શિરા, રનાયુ, લોહી, માંસ, ચરબી અને હાડકાં.

આંતરવિદ્રધિ અને બાહ્યવિદ્રધિ : જ્યારે ગૂમડું શરીરના અંદરના ભાગમાં થાય અને તેથી બહાર ઊપડી ન આવે ત્યારે તેને આંતરવિદ્રધિ કહેવામાં આવે છે. જ્યારે ગડ શરીરના વાસ્તુસ્થાનનો આશ્રય લઈ વધતાંવધતાં ચામડીને ઉપસાવી બહાર દેખાય છે ત્યારે તેને બાહ્યવિદ્રધિ કહેવામાં આવે છે.

કેવાં આંતરવિદ્રધિ સાધ્ય કે અસાધ્ય છે? ફેફસું

આંતરકું, હોઝરી, મૂત્રાશય વગેરે સ્થાનોમાં આંતરવિદ્રધિ (ગડ) થાય, ત્યારે તેમાં થતા પરને શરીરની બહાર નીકળવા માટે બલટી, રેચ, પેશાબ વગેરે કરાવવાની દવાઓ આપવાથી તે સાધ્ય અને છે. પણ જે આંતરવિદ્રધિમાં પરને બહાર નીકળવાનો કુદરતી માર્ગ નથી તે અસાધ્ય છે.

**બાહ્યવિદ્રધિના પ્રકાર અને સાધ્ય-અસાધ્યપણું:** બાહ્ય-વિદ્રધિનાં મૂળ ઊંડાં હોય છે તથા તેનો ઉપાડ અને ઘેરાવો પણ મોટો હોય છે. તે છ પ્રકારનાં હોય છે: કઢનાં, પિત્તનાં, વાયુનાં, ત્રિદોષનાં, રક્તનાં તથા વાગવાથી થયેલાં, જેમાં ત્રિદોષનાં અસાધ્ય છે.

**વિદ્રધિ અને અર્બુદ વચ્ચે તફાવત:** ત્રિદોષના વિદ્રધિની નાફક અર્બુદ (Cancer) પણ અસાધ્ય, ઉપાડ અને વિસ્તારવાળું, ઊંડા મૂળવાળું અને દેખાવમાં ભયંકર હોવાથી ઘણા વિદ્રધિને અર્બુદ માનવાની ભૂલ કરે છે. પણ વિદ્રધિમાં પાકીને પર થાય છે જ્યારે અર્બુદ પાકતું નથી. વળી વિદ્રધિ પોચું અને પાક્યા પછી આંગળીના ટકેરા મારવાથી થડકો આવે એવું હોય છે, જ્યારે અર્બુદ સ્થિર અને અવિચલ હોય છે.

**વિદ્રધિ અને વ્રણશોથ વચ્ચે તફાવત:** વિદ્રધિ અને વ્રણશોથ વચ્ચે તથા વિદ્રધિ અને શારીરવ્રણ વચ્ચે તફાવત એ છે, કે વિદ્રધિની શરૂઆત દૂધ (ધાતુ) બગડવાથી થાય છે અને ઊંડેથી થાય છે-પણ વ્રણશોથ અને શારીરવ્રણની શરૂઆત દોષ (વાત, પિત્ત, કફ) બગડવાથી થાય છે.

**અસ્થિવિદ્રધિ એટલે શું?** હાડકાંના વ્રણ રોગ છે. તેમને અંદરઅંદર ગૂંચવી નાખવામાં આવે છે. હાડકાંને પોષણ પૂરું ન મળવાથી હાડકું સુકાઈ જાય અને તૂટી જાય ત્યારે એ હાડકાંનો ટુકડો શરીરમાં સંકળાયેલ અને છે; અને આસપાસના ભાગને બગાડીને સડાવે છે. પાછળથી આમાં દોષો ભરાઈને તે ભાગને વધારે બગાડે છે. આને અસ્થિવિદ્રધિ કહેવામાં આવે છે.

**અસ્થિશોષ એટલે શું?** વળી ન્યારે હાડકાંમાં બગાડ થાય છે, ત્યારે કેટલીકવાર દાંતની માફક હાડકું પણ ફક્ત કાણું પડી જાય છે; તેમાં છિદ્રો પડે છે પણ પરુ નીકળતું નથી. આને અસ્થિ-શોષ (કેરિઝ-Caries) કહેવામાં આવે છે.

**હાડકાનું અર્જુદ:** પણ ન્યારે હાડકું વધે છે અને વધતાં-વધતાં માંસ તથા ચામડીને બહુ ઉપાડે છે અને એ હાડકાંની વૃદ્ધિવાળો બપોસેલો ભાગ સ્થિર અને અવિચળ હોય છે, ત્યારે એને હાડકાંનું અર્જુદ કહેવામાં આવે છે.

**બોન ટી. બી. અને એપેન્ડિસાઈટિસ પણ વિદ્રધિ જ છે:** હવે સાચી સમજણને અભાવે દાકતરવૈદ્યો અસ્થિવિદ્રધિને બોન ટી. બી. (Bone T. B.) કહે છે અને એપેન્ડિક્સ (Appendix) નામના આંતરડાના વિદ્રધિને એપેન્ડિસાઈટિસ (Appendicitis) કહેવામાં આવે છે. વિદ્રધિ જે અવયવ ઉપર થાય તે અવયવ ઉપરથી એને જીદાંજીદાં નામ આપી જાણે એ અધા જીદાંજીદા રોગ હોય એવો ભ્રમ ઉત્પન્ન કરે છે; અને રોગની સંખ્યાનો ખોટો ડુઆરો થાય છે. પણ એ અધાં ખરી રીતે વિદ્રધિ જ છે.

**ગડનો ઉપાય :** વિદ્રધિને પકવવું જોઈએ. તે માટે શેક કરવો. પોટીસ મારવી. ઘઉંના લોટમાં થોડા તેલનું મોણું દેવું. પછી એમાં થોડો પાટિયો ટંકણખાર (બોરિક પાઉડર) નાખી તથા પાણી નાખી બદબદાવીને પોટીસ બનાવવી. શેક થાય છતાં દાઝી ન જવાય એ રીતે પાટાના પડમાં પોટીસ રાખી પોટીસ બાંધવી. દર ત્રણત્રણ કલાકે પોટીસ બદલાવવી. પોટીસ રાત્રે બાંધતી વખતે છોડી નાખવી.

પોટીસ અને શેકથી વિદ્રધિને પકવવા પછી ગડ પૂરું પાકી જાય, છતાં પણ પોતાની મેળે ફૂટે નહિ તો ચપ્પુથી બોલો કાપ મૂકી ફેડવું અને દબાવીને માત્ર પરુ કાઢી નાખવું. હીમજળના ક્વાથથી કે ડોઈ ક્ષારના પાણીથી મડનો અંદરનો ભાગ રોજ પરુ

નીકળે ત્યાંસુધી ધોવો કે જેથી ગડની અંદરના સડેલા ભાગનો કચરો અને સડો અંદરથી સાફ થાય. પીડા થતી હોય તો તેજની વાટ, (વાટ કપડાની બનાવવી અને વાટથી ઘા ભરી ઢાંઢવો), પરુ નીકળતું હોય ત્યાંસુધી ચોખ્ખા મધની વાટ અને પીડા કે પરુ ન હોય, પણ એકલું રૂઝવવાનું જ બાકી રહ્યું હોય તો ઘીની વાટ ધામાં ભરવી; અને એ ભાગ પર બહારથી કંઈ ધનિ ન થાય કે બહારની હવાના સંસર્ગથી પીડા કે પાક વધે નહિ એટલા માટે પાટો બાંધવો. પરુ નીકળે ત્યાંસુધી પાટો રોજ છોડવો અને રોજ ઘા ધોઈ વાટ ભરવી; પણ જ્યારે પરુ થતું બંધ થાય ત્યારે ગરમીની ઋતુમાં ચારચાર દિવસે અને શિયાળામાં આઠઆઠ દિવસે તથા વર્ષાઋતુમાં છઠ્ઠ દિવસે પાટો છોડવો અને ઘીની વાટ નવી ભરવી. પરુ બંધ થયા પછી પણ રોજરોજ અથવા ઉપર જણાવેલી મુદત કરતાં વહેલો પાટો છોડવાથી તૂટેલી રોગને સંધાવાની તથા માંસપેશીઓને અંકુર આવીને જોડાવાની યોગ્ય તક મળતી નથી.

ટેભા ક્યારે અને શી રીતે મારવા ? શસ્ત્રક્રિયાથી થયેલો, વાજવાથી થયેલો કે ગડગૂમડ ફૂટવાથી થયેલો કોઈ પણ ઘા બે ઈંચથી વધારે લાંબો હોય તો ઘા ધોવો, પણ પછી તેલ, મધ કે ઘીની વાટ ન મૂકતાં ફક્ત તેલ, મધ અને ઘી ભેગાં બંદર મૂકીને હીરના દોરાથી કે ઘોડાના વાળથી ટેભા મારી પાટો બાંધવો અને તે પાટો ઉપર જણાવેલી મુદતે ઋતુ પ્રમાણે છોડી ટેભા તોડ્યા વિના ચામડી પર આવેલું પરુ સાફ કરી, ફરી ચામડીના સાંધા ઉપર તેલ, મધ અને ઘી મૂકી પાછો પાટો બાંધી દેવો. પછી જ્યારે ઘા તદ્દન રુઝાઈ જાય ત્યારે ટેભાના દોરા આખા નીકળે એ રીતે ટેભા તોડી નાખવા. દોરા બહાર કાઢ્યા પછી ટેભાનાં કાણાં ઉપર ફેણી કે પરુ જણાય તેથી મુંઝાયા વિના ઘી ચોપડી તેને રૂઝવવું. સંપૂર્ણ રુઝાયા પછી પણ ઘી ચોપડ્યા કરવું.

પોટીસ રાત્રે કેમ અને ક્યારે ન બાંધવી ? પોટીસ બાંધવાના ફાયદા : પોટીસ તથા પાટો રાત્રે છોડી નાખવાનું કારણ એ છે, કે

દિવસે ગડગૂમડાં કે સોજની જેટલી ફુટ ગરમી હોય તે રાત્રિની ઠંડી હવાના સંસર્ગથી બહાર નીકળી જાય અને રતાશ થાય. પણ ગડ વગેરે ફૂટે અથવા ફેડવામાં આવે ત્યારપછી પોટીસ અને પાટા રાત્રે પણ છોડવાં નહિ; નહિ તો ઇજા થાય અને બહારની હવાના સંસર્ગથી વધારે પાકે. પોટીસથી ગડગૂમડાંને સોજ અંદર ને અંદર વેરાઈ જાય પણ જો પરુની શરૂઆત થયા પછી પોટીસ બાંધવા માંડીએ તો પોટીસ એને પકવીને ફેડી નાખે અને ગડગૂમડ ફૂટ્યા પછી એના ધાને રૂઝવી પણ દે છે.

**હીમજ તથા ખોરાક :** રોજ હીમજ તોલો ૧ આપવી. લૂખો, સાદો અને હલકો દાળ, ભાત, ખીચડી, શાકનો ખોરાક આપવો. દૂધ, દહીં, છાશ, માખણ, ઘી, ગળપણ તથા લોટ બંધ કરવાં. હીમજ સિવાયના તૂરા, કડવા, ખાટા પદાર્થ તથા લવણ બંધ કરવાં. હીમજ તૂરી છે છતાં એ રસાયન હોવાથી આપી શકાય છે. ખીજ તૂરા પદાર્થોની માફક હરકે સંકોચ કરી નુકસાન કરતી નથી એ એનો પ્રભાવ છે.

૪૮ : વ્રણશોથ\*—શારીરવ્રણ,

આગંતુકવ્રણ અથવા સઘોવ્રણ\*

**વ્રણશોથના પ્રકાર :** દરેકનું ખાસ લક્ષણ : વ્રણશોથ (લોહીનો સોજો) વાત, પિત્ત, કફ, ઢંઢો (૩), ત્રિદોષ, રક્ત, રક્ત તથા દોષો મળીને (૬) અને વાગવાથી થતો એમ પંદર જાતનો છે. વાયુના વ્રણશોથમાં રતાશ સાથે કાળાશ હોય, પિત્તના વ્રણશોથમાં ઘણી રતાશ હોય, કફના વ્રણશોથમાં રતાશ સાથે ઘોળાશ હોય. વાયુમાં પીડાનું તત્ત્વ વધારે હોય, પિત્તમાં બળતરા અને ગરમીનું તત્ત્વ વધારે હોય, કફમાં જડતા(ભારેપણ)નું તત્ત્વ વધારે હોય અને લોહીના વ્રણ-

\* (Inflammation) × (Traumatic Wound)

શોથમાં પિત્ત જેવાં લક્ષણ હોય છે.

**આગંતુક વ્રણશોથ કેને કહેવાય ?** આ વ્રણશોથ વળી બે પ્રકારના છે : આગંતુક અને શારીર. આગંતુક વ્રણશોથ વાગવાથી કે કપાવાથી થાય છે. વાગવાથી જાળાં ( કેશવાહિનીઓ ) કચરાય કે તૂટે એટલે લોહી એક જગ્યાએ જમા થાય અને સોજે આવે છે. કપાવાથી જાળાં કપાય છે અને તેમાંથી લોહી વહી જવા માંડે છે અને પાકે ચઢે છે. આ બન્ને આગંતુક વ્રણશોથ કહેવાય છે.

**શારીર વ્રણશોથ કેને કહેવાય ?** પણ જ્યારે મંદ અગ્નિને લીધે કાચો અન્નરસ ( મામ ) વાત, પિત્ત અને કફને બગાડીને કાપાવે છે અને તેને લીધે લોહીના પ્રવાહનો એક ટેકાણે બરાવો થાય છે, ત્યારે જાળાં ફૂલે છે અને ચામડી ઊપસે છે. આ શારીરવ્રણશોથ કહેવાય છે.

**શારીર તથા આગંતુક વ્રણશોથમાં અનુક્રમે શું શું થાય છે ?** શારીરવ્રણશોથ તથા વાગવાથી થયેલા આગંતુક વ્રણશોથમાં પહેલાં સોજે આવે, પછી રતાશ આવે છે, પછી બળતરા ને ગરમી આવે છે, પછી પીડા થાય છે અને છેવટે પાક થાય છે, ચામડી નીચે જાળાંમાંના બરાવો વધતો જાય, ત્યારે જાળાં તૂટી જાય છે; ત્યારે લોહી જાળાંની બહાર પણ ચામડીની અંદર ઢળે છે.

**સોજને વધતો અટકાવવાના ઉપાય :** તેમાં રાખવાની સાવચેતી : આ વ્રણશોથમાં સોજે આવવા માંડે કે તરત ઉપર-ઉપરના ઠંડા ઉપચાર કરવા. ઠંડા પાણીનાં પોતાં મૂકવાં, પાણી રેડવું, ચંદન, રતાંજળી કે વાળાનો લેપ કરવો કે જેથી લોહી થીજવા માંડીને વધારે એકડું થતું અટકે. પણ આ ઠંડા ઉપચાર એટલી હદ સુધી ન કરવા કે એને લીધે લોહી ફરતું બંધ થઈ જવાથી અંગને પોષણ મળતું બંધ થઈ જાય અને તેથી અંગ મરવા માંડે, ( ગેન્ગ્રીન = Gangrene થઈ જાય. ). વળી પીડા ઘણી જ થતી હોય તો પહેલાં

શેક કરવો. શિયાળા જેવી ઠંડી ઋતુમાં ઠંડા ઉપચાર પ્રમાણસર જ કરવા.

**સોળે ઉતારવા( વેરી નાખવા )નો ઉપાય,** ન વેરાય તો પકવીને ફેડવાનો ઉપાય : ઠંડા ઉપચાર પછી બીજી ક્રિયા પોટીસની કરવી. તેથી લોહી ગરમ થશે, વધારે પાતળું બનશે અને ઢાળાયેલા લોહીને જળાં પાછું ચૂસી લેશે, એટલે સોળે ઊતરશે. જો આ રીતે સોળે ઊતરે તો પછી કંઈ કરવાનું રહેતું નથી. પણ જો પોટીસ અને શેકથી સોળે ન ઊતરે તો સોળે પાકે ત્યાં સુધી પોટીસ ચાલુ રાખવી. સોળે પાકીને ફૂટે નહિ ત્યાંસુધી રાત્રે સૂતી વખતે પોટીસ કે પાટો બાંધવાં નહિ. પછી ન્યારે સોળે પાકે ત્યારે એને હાથથી તાણીને અથવા અડદના લોટમાં ચણા જેટલું મોરચુથુ કે કેઈ ક્ષાર નાખી એનો સોળ ઉપર લેપ કરીને પાકેલા સોળને તોડવો. (અડદના લોટનો લેપ કરતા પહેલાં તે બાજના વાળ સાફ કરવા.) આથી ગૂમકું ફૂટશે. ગૂમકું કે ગડ ફેડવા માટે ચોખ્ખા હાથીદાંતને ચંદનની માફક ઘસી ગૂમડાને જે બાજમાંથી ચીરવું હોય તે બાજ ઉપર સાધારણ જડો લીસોટો કરવો અથવા મોરચુથુને લીસોટો કરવો તેથી ચામડી કપાઈને છૂટી પડી જવાથી ગૂમકું ફૂટી જશે. કૂટ્યા પછી વિદ્રધિ(ગડ)ની માફક જ ધોવાની અને રૂઝવાની ક્રિયા કરવી. પછી ધા રૂઝાય એટલે ધાનો ઘણુ ( નિશાની-Scar ) દૂર કરવાની ક્રિયા પણ કરવી.

**ધાનો ડાઘ દૂર કરવાનો ઉપાય :** ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે ધાની નિશાની પણ ન રહે તે માટે નીચે પ્રમાણે ક્રિયા કરવી. જો ધાનો ડાઘ ધોળો હોય તો બાવચી ( ગંધાતી બાવચી, તુકમરિયાં નહિ ) ચોપડીને ચામડી રાતી કરવી. જો ડાઘની ચામડી કાળી થઈ ગઈ હોય તો ઘી ચોપડીને રાતી કરવી. જો ઘણુ ( scar ) ઉપર વાળ ન બેસતા હોય તો રસવંતી અને હાથીદાંત ઘસીને ચોપડવાં.

**કપાચાથી કે વાગવાથી ધા પડે તેના ઉપાય :** ન્યારે



કપાયાથી આગંતુક ત્રણ થાય, ત્યારે પણ ઠંડા પાણીનાં પોતાંથી લોહી બંધ કરવું. ઠંડા પાણીનું પોતું ધા ઉપર મૂકવું. પછી ધામાં પાણી ન જાય એ રીતે પોતા ઉપર હાથ રાખી પોતા ઉપર તથા આસપાસ ઠંડું પાણી રેડવું. આથી લોહી બંધ થશે. પણ જો આ રીતે લોહી બંધ ન થાય તો ધામાં ફટકડી અને પાટિયો ટંકણુખાર (ઓરિક) ભભરાવવાં. તેથી તૂરા રસના સ્પર્શથી જળાં સંક્રાંતિ જવાથી લોહી નીકળતું બંધ થશે. ધામાંથી નીકળતું લોહી બંધ કરવું એ ખાસ જરૂરી છે. જો બહુ લોહી નીકળતું હોય તો ધા ઉપર ઠંડા પાણીનું પોતું લોહી બંધ થાય ત્યાંસુધી મૂકી જ રાખવું અને પોતા ઉપર તથા આસપાસ ઠંડું પાણી રેડા કરવું.

વળી જો કોઈ મોટી રગ કે નસ તૂટી હોય, તો તૂટેલી રગના મોં પર તપાવેલા લોઢાથી કે દીવાસળી સળગાવીને બડકો ઝાલવ્યા પછી ધીકતા રહેલા દીવાસળીના ભાગથી ડામ દેવો. તેથી રગનું મોં સંક્રાંતિ જશે અને લોહી બંધ થશે.

લોહી બંધ થયા પછી એને એકલાં પોટીસ, તેલ, મધ અને ઘીથી વિદ્રધિના પ્રકરણમાં જણાવ્યા પ્રમાણે જ રુઝાવવાની ક્રિયા કરવી. કપાયાથી થયેલા ધામાં પકવવાની કે લોહી પાછું ચુસાવવાની ક્રિયા કરવી પડતી નથી. ધામાંથી લોહી નીકળતું તદ્દન બંધ થયા પછી ધાને સાફ કરી, શુદ્ધ ઘી અંદર રેડવું અને ધામાં ઘીની વાટ ભરી દેવી. શુદ્ધ ઘી ન હોય તો ખાવાનું મીઠું તેલ વાપરવું અને તેલને અભાવે મધ વાપરવું. હરડેનું ચૂર્ણ ભભરાવવાથી પણ ધા રુઝાય છે.

ખોરાક ભારે કે વધારે પડવાથી ધાના અમુક ભાગનું માંસ વધ્યે જાય છે અને એ જોઈએ તે કરતાં વધારે ઊંચું આવી આસપાસની ચામડીને જોડાવા દેતું નથી. આને ઉત્સેધ થયો કહેવાય છે. તેવે પ્રસંગે ખોરાક હલકો તથા ઓછો લેવો. હીમજ જરા વધારે ખાવી તથા ઉત્સેધવાળા ભાગ પર મોરચુથુનો બૂકો આછોઆછો

ચોપડવે! તેથી ઊપસેલો ભાગ બેસી જશે અને ચામડી નેડાઈ જશે. મોરચ્છુ ચોપડ્યા પછી ઘી ચોપડવું.

**સઘોત્રણુ એટલે શું?** અકસ્માત થવાથી એટલે પડવા-આખડવાથી ચામડી ધસાય કે તૂટે કે માંસ કે માંસપેશીઓ વગેરે તૂટે તે સઘોત્રણુ કહેવાય છે.

**સઘોત્રણુના ઉપાય તથા સાવચેતી :** સઘોત્રણુમાં ખાસ સાચવવાનું એ છે કે દરદીને ઘી, દૂધ કે દહીં આપવાં તદ્દન બંધ કરવાં, નહિ તો ધતુર્ થાય અને કેસ બગડી જાય. સઘોત્રણુની બંધી ક્રિયા વિદ્રધિ જેવી જ કરવી.

**હીમજ :** ખોરાક : સર્વ પ્રકારના ત્રણુમાં હીમજ તોલો ૧ આપવી. ખોરાક વિદ્રધિ પ્રમાણે આપવો.

**વિદ્રધિ તથા ત્રણુશોથ વચ્ચે તફાવત :** વિદ્રધિનાં મૂળ કોડાં હોય છે, ત્રણુશોથનાં મૂળ કોડાં હોતાં નથી. વિદ્રધિમાં પહેલી ધાતુ બગડે છે, ત્રણુશોથમાં પહેલાં દોષ બગડે છે.

**શારીરત્રણુ અને વાગવાથી થયેલા ત્રણુશોથ વચ્ચે તફાવત :** શારીરત્રણુ અને વાગવાથી થયેલા ત્રણુશોથમાં ફેર એ છે કે ત્રણુશોથને શરૂઆતથી સંભાળી લઈએ અને શેક, પોટીસ તથા આહારવિહારના પર્યતી ચિઠિત્સા શરૂ કરી દઈએ તો એ વેરાઈ જાય અને પાકે નહિ; અને ફેડવાની, રુઝાવવાની જરૂર પડે નહિ. પણ શારીરત્રણુમાં તો પાક થાય જ અને એને પોટીસ વગેરે ઉપયુક્ત ક્રિયાથી ફેડીને રુઝાવવો પડે; કારણ કે શારીરત્રણુ દોષભેગો થયા પછી થાય છે.

## ૪૯ : ભગ્ન ( Fracture, Dislocation, Sprain )

**ભગ્નનો અર્થ અને પ્રકાર :** હાડકાં ભાગે તેને ભગ્ન કહેવામાં આવે છે. ભગ્ન એક દષ્ટિએ તો આઠ પ્રકારનું છે, પણ ખીજી વ્યવહારદષ્ટિએ બે પ્રકારનું ગણી શકાય, સંધિભગ્ન અને કાંડભગ્ન. ભગ્નના પ્રકરણમાં જ હાડકાં ઊતરવાનો તથા કચ્ચર થવાનો તથા મચકોડનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે.

**સંધિભગ્ન અને કાંડભગ્ન એટલે શું ? સસ્થા અને નિસ્થા એટલે શું ?** સાંધામાંથી હાડકું ભાંગે તે સંધિભગ્ન કહેવાય. અને સાંધા ( Joints ) સિવાયનાં ખીજાં હાડકાં ભાંગે તે કાંડભગ્ન કહેવાય. આ બંને પ્રકારના ભગ્નના દરેકના પાછા બે ભાગ છે. સસ્થા અને નિસ્થા. જ્યારે ભાંગેલું હાડકું એટલે હાડકાનો છેડો ચામડી તોડીને બહાર નીકળે ત્યારે સસ્થા ભગ્ન કહેવાય અને ભાંગેલું હાડકું ચામડી તોડીને બહાર ન નીકળે ત્યારે નિસ્થા ભગ્ન કહેવાય છે.

**ભગ્નના ઉપાય :** જો હાડકું ચામડી તોડી બહાર નીકળ્યું હોય તો પહેલું કળથી તેને અંદર લઈ અને બહાર ન નીકળ્યું હોય તો એમ ને એમ તૂટેલા હાડકાના સાંધા મેળવવા. જો તૂટીને હાડકું ઊંચું ચઢી ગયું હોય, નીચે ઊતરી ગયું હોય, હાડકાના તૂટેલા ખીજા દુકડાના પોડાણમાં પેસી ગયું હોય કે ખીજા કોઈ પણ રીતે તૂટેલું હાડકું અંદર આડુંઅવળું થયું હોય, તો પહેલાં હાડકું ભાંગવાથી હાડકાના ગુદા થયેલા કકડાવાળા અવયવોમાંથી ઉપરના કકડાવાળા અવયવને ઊંચો તાણવો; અને નીચેના કકડાવાળા અવયવને નીચે તાણવો; એમ બન્ને જગાએ એકસાથે સામસામું તાણીને પછી ધીમેધીમે છોડતા જવાથી એ પોતાના અસલ સ્થાન આગળ જોડાઈ જશે. ન જોડાય તો ખીજા માણસે, પહેલો માણસ ધીમેધીમે

છોડતો જતો હોય ત્યારે એ એ કકડાને બરાબર જોડવા. હાડકું  
ઊતરી મથું હોય તોપણ આમ જ કરવું.

હાડકું ભાગ્યું છે કે નહિ તેની ખાતરી કરવા ભાંગેલા હાડકા-  
વાળા અંગને આડુંઅવળું હલાવી જોવું. જો ભાંગ્યું હશે તો  
'કટકટ' અવાજ થશે.

**ભ્રમમાં ઉપવાસ અને ખોરાક :** આમાં લાંધણથી ઝટ રૂઝ  
આવે છે. હીમજ આપવી નહિ. દૂધ હાડકાને સાંધનાર છે એમ  
કહેવું છે, પણ દૂધથી ધતુર થાય અને પાકે એવો ભય છે; માટે દૂધ,  
ધી આપવાં નહિ, કારણ કે મોડું રુઝાય તે સારું પણ કંઈ ભય ઊભો  
થાય એ ઠીક નહિ. ખોરાક વિદ્રધિ પ્રમાણે આપવો.

**પાટો કેવી રીતે બાંધવો?** કાંડભ્રમ સાધ્ય છે પણ સંધિ-  
ભ્રમ દુઃસાધ્ય છે. કાંડભ્રમમાં તૂટેલાં હાડકાં બરાબર ગોઠવીને અવયવ  
હાલી ન જાય એ રીતે કઠણ પાટો બાંધવો, પણ સંધિભ્રમમાં પાટો  
બહુ કઠણ ન બાંધવો અને બહુ ઢીલો પણ ન બાંધવો.

**ભાંગેલું હાડકું સાંધવાનો ઉપાય :** દવામાં નીચે જણાવેલી  
લાક્ષાદિ ગૂગળની ગોળીઓ દિવસમાં બેવાર દરેક વખતે ૦૧ તોલો  
આપવી. તેથી હાડકાં સંધાય છે. ભાંગેલું હાડકું સંધાતાં ઓછામાં  
ઓછા એક માસ લાગે છે; માટે ત્યાંસુધી તો તદ્દન હલકો દાળ,  
ભાત, ખીચડી અને શાકનો ખોરાક આપવો.

**લાક્ષાદિ ગૂગળની ગોળીઓનો પાઠ :** લાખ, હાડસાંકળ,  
કડાયાની છાલ (અથવા આસંદરાની છાલ), આસમંધ, મોટી કાંસડી  
અને ગૂગળ : એમાંથી પહેલાં ગૂગળસિવાયનાં પાંચ ઓસડ સમભાગે  
લઈ ઝીણું ચૂર્ણ કરવું. પછી એ પાંચે ઓસડ જેટલા વજનનો  
ગૂગળ પલાળી કાંઠાળના પ્રકરણમાં કલા પ્રમાણે સાફ કરી, ખાણી  
નિતારી એનો લોચો થાય તેમાં ઉપર કહેલા ચૂર્ણને એકજથ્થ ભેળું  
કરીને ગોળીઓ વાળવી.

**મચકોડથી શું થાય?** જ્યારે હાડકું ભાંગતું નથી કે સાંધામાંથી હાડકું ઊતરી જતું નથી, ત્યારે કેટલીકવાર અંત્ર વળી જવાથી કે પછાડ લાગવાથી અમુક ભાગ ઉપર જ શરીરનો ભાર આવી જવાથી તે અંગ મચકોડ થાય છે; તેને મચકોડ ખાધી કહેવામાં આવે છે. મચકોડમાં જે પ્રમાણમાં રંગો તથા જળાં પર ખેંચાણ આવે છે તે પ્રમાણમાંએ તૂટી જાય છે અને માંસપેશીઓ (Muscles) ખેંચાઈ જાય છે. તૂટેલી રંગો તથા જળાંમાંથી લોહી ચામડી તળે ભેળું થવાથી સોજો આવે છે અને પીડા થાય છે.

**મચકોડના ઉપાય :** મચકોડમાં લોહી ચામડી તળે ભરાઈ ને સોજો આવવા માટે કે તરત ગરમીનો દિવસ હોય તો ઠંડું પાણી રેખા કરવું કે જેથી રંગો તથા જળાંનું મોં સંકોચાઈ જાય, વધારે લોહી નીકળે નહિ અને તેથી સોજો વધે નહિ, પણ ઠંડી ઋતુ હોય તો ઠંડા પાણીના ઊપચાર કરવા નહિ; કારણ કે તેથી પીડા વધારે થાય. આવેલા સોજા ઉપર સરોકું તેલ ચોપડી ચામડી દાઝી ન જાય એ રીતે ફેરો શેક કપા કરવો. એથી નીકળેલું લોહી મંદાઈ જશે નહિ અને ખીજી રંગો શેકથી ગરમ અને પાતળા અનેલા લોહીને પોતાની અંદર ચૂસી લેશે. તેથી સોજો અને પીડા નરમ થશે. પછી સોજો ઉતારવા માટે નીચેના લેપ કરવો.

**લોહીના સોજો ઉતારવાના લેપ :** જંદવાર, હળદર, મેદાસકડી, સાણખાર, ચામડીનાં પાંદડાંનો ભૂકો, આવળનાં પાંદડાં તથા ગજજર : આ છ દવાઓને ઝીણી ખાંડી પાણીમાં ખદખદાવી દ્રાવ્ય નહિ એવો સાધારણ જડો લેપ કરી પાટો બાંધવો.

**મચકોડમાં હીમજ :** ખોરાક : મચકોડમાં હીમજ તોલો ૧૫ રોજ આપવી. દાળ, ભાત, ખીચડી અને સાકનો હલકો ખોરાક આપવો.

## ૫૦ : નાડીવણુ-ભરનીગળ ગૂમડું (Fistula, Sinus)

નાડીવણુ કેવી રીતે થાય ? નાડીવણુ સ્વતંત્ર રીતે ઉત્પન્ન થતો રોગ નથી. વિદ્રધિ, વ્રણશોથ, શારીરવણુ, સડોવણુ કે ભ્રમમાંથી કોઈ પણ રોગ મટાડતાં ન આવડે; અથવા પર કે શલ્ય, ભાંગેલું હાડકું કે બહારથી વાગેલું પણ કંઈ અંદર રહી ગયું હોય, તો જ નાડીવણુ થાય છે. નાડીવણુ એટલે ભરનીગળ ગૂમડું.

ન્યાં શલ્ય કે પરુ અસલ ભરાઈ રહ્યું હોય ત્યાંનો ભાગ ઉપરથી રુઝાઈ જાય છે અને અંદર રહેરહે એ શલ્ય કે પરુ અંદરથી માંસને સડાવી નાખી કાઢી કરી દે છે, તેથી મૂળ જગ્યાએ ગાંઠ પડી જાય છે. એટલે પરુ કે શલ્ય બીજો ભાગ સડાવીને ત્યાંથી અંદર ને અંદર માર્ગ કરતાંકરતાં બીજી જગ્યાએ ફૂટી નીકળે છે અને ત્યાંથી પરુ નીકળે છે. મૂળ જગ્યા દબાયાથી દુઃખે ખરી પણ નવું મોં બીજી જ જગ્યાએ થાય છે અને એ મોંથી પરુ નીકળે છે; આને નાડીવણુ કહેવામાં આવે છે.

**તાળ નાડીવણુનો ઉપાય :** આ નાડીવણુ તાળે હોય ત્યાં- સુધી દવાથી મટે છે. તાળ નાડીવણુમાં હીમજ તોડો ૦૧ રોજ આપવી તથા દિવસમાં બેવાર ૫૦-૫૦ (૦૧) તોડો ત્રિક્ષ્ણ-ગૂગળ આપવો.

**ત્રિક્ષ્ણ-ગૂગળનો પાઠ :** ત્રિક્ષ્ણ (હરડે, બદેડાં અને આમળાં), ત્રિકટુ (સૂંદ, કાળાં મરી અને પીપર) અને કંઠમાળના પ્રકરણમાં લખ્યા પ્રમાણે શુદ્ધ કરેલો ગૂગળ-એ દવાઓને સમાન ભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી, તેની ગોળાં એકએક તોલો દિવસમાં બેવાર ગળવી.

**જૂના નાડીવણુનો ઉપાય :** પણ જો નાડીવણુ જૂનો હોય તો અગ્નિવડે બાળવાથી, ક્ષારવડે બાળવાથી કે સસ્ત્રિક્રિયાથી જ મટી શકે છે.

આ નાડીવણુને મોં થયું હોય તો પરુ કાઢી બાળુથી આવે છે અને પોલાણનો માર્ગ કાઢી બાળુએ છે તે બાળુયા, ન્યાં મોં થયું

હોય ત્યાંથી એપણીશલાકા ( ત્રણનો માર્ગ શોધવાની સળી ) ખોસવી અને પછી વળેલી અણીવાળા છરીથી ચામડી કાપી, ત્રણ ખુલ્લો કરવો. વળી આસપાસ દબાવી નેત્રું કે દબાણ કરવાથી ખીજે ક્યાંયથી પર આવે છે કે કેમ ? જો ખીજેથી પણ પર આવે તો જો માર્ગથી પર આવતું લાગે તે માર્ગમાં પણ એપણીશલાકા ખોસવી અને વળેલી અણીવાળા છરીથી ચામડી કાપી ત્રણનો માર્ગ ખુલ્લો કરવો. પછી એ ખુલ્લો માર્ગ વિદ્યુત્તરની માફક ધોવો અને પછી મોરચ્યુ જેવા ક્ષારના પોતાથી ઘોઈ સડો બાળી નાખવો અને ત્રણ ઘીથી રૂઝવવો.

**દાક્ટરી તથા આયુર્વેદનાં હથિયાર :** એપણીશલાકા પાંચ જાતની છે : અણીદાર, છુટ્ટી, પરનાળની માફક વચ્ચે ખાડાવાળી, વાંકી અને તીક્ષ્ણ ધારવાળી. છુટ્ટી શલાકાને અંગ્રેજીમાં પ્રોબ ( Probe ) કહેવામાં આવે છે. પરનાળ જેવા ખાડાવાળી શલાકાને અંગ્રેજીમાં ડિરેક્ટર ( Director ) કહેવામાં આવે છે. શસ્ત્રક્રિયાની છરી પરનાળવાળી શલાકાના વચલા ખાડામાં ગોઠવવી પડે છે કે જેથી ખીજે નુકસાન થાય નહિ. અંગ્રેજીમાં નાઈફ ( Knife ) બિસ્ચુરી ( Bistourae ) અને સ્કાલ્પેલ ( Scalpel ) એ ત્રણ કાપવાનાં સાધનો હોય છે, પણ આયુર્વેદમાં ફક્ત એક નતામ્રજ્જિવત્ર હોય છે તે બધાની મરજ સારે છે.

**બાળવાની ક્રિયા અને તેની મર્યાદા :** જો શસ્ત્રક્રિયા ન કરવી હોય તો છુટ્ટી ગોળ ખીજો મરમ કરીને ત્રણના પર આવવાના માર્ગમાં ખોસવો અથવા ક્ષારની વાટ ખોસવી, તેથી માર્ગનો સડો બળી જશે. આથી શરૂઆતમાં ત્રણચાર દિવસ સોજો આવશે, પણ પછી સોજો ઊતરી જશે. ત્યારપછી ઘીની વાટ ભરીને રૂઝવવો, પણ ત્રણનો માર્ગ વાંકાયૂંકો હોય, તો ખીજો કે ક્ષારની વાટથી પહોંચી વળાય નહિ.

**સાંધાપરના નાડીત્રણનો ઉપાય :** જો નાડીત્રણ સાંધા ઉપર હોય તો કામ વધારે મુશ્કેલ બને છે. એવા નાડીત્રણમાં શસ્ત્રક્રિયા

ચતી નથી, વ્રણને મોં થયું હોય ત્યાંથી નીચે જાણાવેલા જાત્યાદિ તેલની વાટ ખોસવી તેથી વ્રણ રુઝારી.

**જાત્યાદિ તેલ :** ચમેલી( જૂઈ )નાં પાંદડાં, કડવાં પરવળ કે કડવાં તૂરિયાનાં પાંદડાં, કરકચનાં પાંદડાં, મીણુ, જેઠીમધ, ઉપલેટ, હળદર, દારુહળદર, કકું, મજીટ, પશ્ચક, હરડે, લોધર, નીલકમળ, ઉપલસરી, મોરચૂચુ અને કરકચનાં બીજ—એ ૧૭ વસ્તુઓને સમાનભાગે લેવી. એ બધું વાટીને લોચો ચટણી ( કદક ) કરવી. પછી ચટણીથી ચારગણું તલનું તેલ ચટણીમાં નાખવું, પછી એમાં તેલથી ચારગણું પાણી નાખી પાણી તદ્દન બળી જાય ત્યાંસુધી ઉકાળવું. પાણી બળી રહે ત્યારે તેલને જાડા વસ્ત્રથી ગાળી લેવું.

**નાડીવ્રણમાં ઉપવાસ અને ખોરાક :** નાડીવ્રણમાં તદ્દન ઉપવાસથી જલદી કાયદો થાય છે. ખોરાકમાં દૂધ, દહીં, માખણ, ઘી, ગળપણુ તથા લોટ વગેરે ભારે ખોરાક બંધ કરવો. ઢીમજ તોલો ૦૧ રોજ આપવી. મીઠું ઓછું ખાવું.

**નાડીવ્રણના ચોક્કસ ઉપાયો :** જાત્યાદિ તેલની વાટ, ત્રિકુળા-ગૂઝળ, પોટીસ તથા ઘી-મધ-તેલની વાટથી નાડીવ્રણનો ચોક્કસ નાશ થાય છે.

## ૫૧ : ભગંદર ( Fistula )

**ભગંદર કેને કહેવાય ?** જ્યારે ગુદાની આસપાસ બે ઇંચના ફરતા ઘેરાવા( Radius )માં કાઈ જગ્યાએ નાડીવ્રણ થાય, ત્યારે એને ભગંદર કહેવામાં આવે છે. ભગંદરમાં પરુ એવી નાડીઓ એટલે માર્ગો કરે છે કે કેટલીકવાર એ માર્ગોના મુખ દ્વારા ઝાડો-પેશાબ પણ થાય છે. ભગંદર પણ એક પ્રકારનું નાડીવ્રણ જ હોવાથી જે કારણોથી નાડીવ્રણ થાય છે તે જ કારણોથી ભગંદર પણ થાય છે.

**ચાંદી પરમિયાથી થતું ભગંદર :** તેના ઉપાય : વળી ચાંદી



કે પરમિયાને લીધે પણ પરથી લોહી બગડીને અમુક જગ્યાએ જમા થઈ સડે છે અને એમાંથી ભગંદર થાય છે. આ ચાંદી કે પરમિયાથી થયેલું ભગંદર પારાગંધકના સેવન વિના મટી શકતું નથી. એમાં ખીજ બધી ક્રિયા નિષ્ફળ જાય છે.

**ઉન્માર્ગી ભગંદર કેવી રીતે થાય ?** વળી માંસ ખાનાર કોઈવાર માંસ સાથે હાડકું પણ ખાઈ જાય છે. એ હાડકાનો ટુકડો જો ગુદામાં આડો આવે અને ત્યાં વાગે તો ત્યાં મોં થાય અને પરુ થઈને ભગંદર થાય. આનું નામ ઉન્માર્ગી ભગંદર છે.

**મૂઠ ભગંદર કેવી રીતે થાય ?** વાગવા(અભિધાત)થી મૂઠ ભગંદર થાય છે. વાગવાથી જળાં (કેપિલરીઝ) વગેરે ફૂટેફૂટે તેથી લોહી અંદર ને અંદર જમા થઈ સડે પણ પરુ એકદમ બહાર ન આવી શકે; કારણ કે ગુદાની આસપાસનો ભાગ એવો જડો હોય છે, કે વાગવાથી અંદર થયેલો વિકાર નથી ઉપરની ચામડી પર દેખાતો કે નથી બહારની ચામડી ઉપર દેખાતો, તેથી પરુ અંદર ને અંદર માર્ગો કરે છે.

**હરસથી થતું ભગંદર :** અર્શ(હરસ)માંથી પણ ભગંદર થઈ શકે છે.

**મેઠાવૃદ્ધિથી થતું ભગંદર :** વળી જોને બહુ ચરખી વધેલી હોય તેને પણ ભગંદર થાય છે. એ મટવું મુશ્કેલ હોય છે.

**ભગંદર મટવું મુશ્કેલ કેમ હોય છે ?** ભગંદર મટવું મુશ્કેલ હોવાનું કારણ એ છે, કે કુલાના ભાગની માંસપેશીઓ (Muscles) એવી રીતે ગોઠવાયેલી હોય છે, કે વચ્ચે પરુને બરાબર રહેવાની જગ્યા મળે છે; અને ત્યાંથી પરુ માર્ગ કરીને બહાર નીકળી શકે તે પહેલાં આસપાસનો ઘણો ભાગ સડી જાય છે.

**ભગંદરની જાતો :** આવાં ભગંદરના પાંચ સાસ્ત્રીય વિભાગ છે : શતપોનક (ચાળણી જેવાં સેંકડો છિદ્રોવાળું), ઉષ્ણગ્રીવ (જિંટની ડોકના આકારનું), પરિસ્ત્રાવી (પરુઝરતું), સમ્બૂકાવર્ત

( શંખની અંદરના ભાગના જેવા આંટીધૂંટીવાળા માર્ગોવાળું ) અને ઉન્માર્ગી ( સડતાંસડતાં વધીને જાંચે જતું ). ફેટલાંક ભગંદર એક મુખવાળાં, ફેટલાંક બે મુખવાળાં ને ફેટલાંક આંધળાં એટલે મુખવિનાનાં હોય છે.

નાડીવણ અંગ્રેજીમાં સાઈનસ ( Sinus ) અને ફિશ્ચ્યુલા ( Fistula ) બન્ને કહેવાય છે, પણ ભગંદરને અંગ્રેજીમાં માત્ર ફિશ્ચ્યુલા જ કહે છે; કારણ કે એ બે મોઢાંવાળું હોય છે.

**ભગંદરના ઉપાય :** ચાંદી-પરમિયાથી થયેલા ભગંદર સિવાય બીજાં ભગંદરોમાં શસ્ત્રક્રિયા, અગ્નિક્રિયા ને ક્ષારક્રિયા તથા પથ્થાપથ્ય નાડીવણ જેવાં જ છે.

**શતપોનક ભગંદરમાં આયુર્વેદની વિશિષ્ટ સૂચના :** શતપોનક ભગંદરમાં અનેક માર્ગો થયેલા હોય છે. તેમાં એકએક નાડી છોડીને એકાંતર ( Alternate ) ફિશ્ચ્યુલા ઉપર ક્રિયા કરવી, જેથી મુદાતો આખો ભાગ કપાઈ નીકળી જાય નહિ. જો બધા માર્ગોને એકસાથે કાપવામાં આવે, તો મૃત્યુ થાય. આ આયુર્વેદની વિશિષ્ટ સૂચના છે.

**૫૨ : ઉપદંશ-ચાંદી ( Syphilis ),**

**પુમેહ-પરમિયો-સુન્નક ( Gonorrhoea )**

**ઉપદંશ ( ચાંદી ) શાથી થાય છે ?** ઈંદ્રિય ઉપર નખ કે દાંત વાગવાથી, વાળવાળી વ્યક્તિ સાથે સંભોગ કરવાથી, જેની ઈંદ્રિય સ્વચ્છ ન હોય એવી વ્યક્તિ સાથે, રજસ્વલા સ્ત્રી સાથે કે સાંકડા યોનિદારવાળી સ્ત્રીસાથે સંભોગ કરવાથી, હસ્તક્રિયા કે કુદરત વિરુદ્ધ ક્રિયા કરવાથી, ઉપદંશવાળી વ્યક્તિ સાથે સંભોગ કરવાથી, પશુગમન કરવાથી, ઈંદ્રિયના ફૂલ અને યોનિના મુખ ઉપર ચાંદી

પડે છે, તેને ઉપદંશ કહેવાય છે. ધણુખરું પુરુષની ચાંદી પુરુષની ઇંદ્રિયના કૂચ તથા અંદરની ચામડીના સંયોગભાગ પર હોય છે.

**પરમિયો એટલે શું ?** ન્યારે ઇંદ્રિયના મૂત્રમાર્ગમાં ચાંદી પડે છે ત્યારે પેશાબ સાથે પર આવે છે. આ પણ એક પ્રકારનો ઉપદંશ છે. આને પુંમેહ કે પરમિયો કહેવામાં આવે છે.

**ચાંદી-પરમિયાની ભયંકરતા :** ચાંદી અને પરમિયો સ્ત્રી કે પુરુષ ગમે તેને થઈ શકે છે. આ રોગ એટલા બધા ભયંકર છે, કે એને લીધે દરદી આયુર્વેદમાં ગણાવેલા ધણાખરા રોગોનો ભોગ થઈ પડે છે; માટે ગમે તે રોગની દવા કરવા દરદી આવે તોપણ પહેલાં પૂછીને ખાતરી કરી લેવી કે એને ચાંદી કે પરમિયો છે કે નહિ.

જો બીજા રોગ સાથે ચાંદી કે પરમિયો પણ હોય, તો ચાંદી કે પરમિયાની દવા કર્યાથી જ બીજા રોગ પણ મટે. તે તે રોગના સ્વતંત્ર ઉપચાર કરવાથી એ રોગો (ઉપદ્રવો) મટે નહિ.

**ચાંદી-પરમિયાથી શું શું થાય છે ?** ચાંદી, પરમિયો પહેલાં તો ઇંદ્રિય ઉપર કે અંદર ચાંદીરૂપે હોય છે. એ છ મહિના જૂનો થાય ત્યારે લોહી બગડે છે અને ચામડી ઉપર ચૂમડાં થાય છે. આ વિસ્ફોટક કહેવાય છે. પછી દોઢમે વર્ષે એની અસર છેક હાડકાં સુધી પહોંચે છે, ત્યારે પગના નળાનું હાડકું વળી જાય છે, સાંધા દુઃખે છે. ઇંદ્રિયને જાણે અગ્નિમાં મૂકી હોય તેમ ઇંદ્રિયમાં દાહ થવા કરે છે. આખરે અંગો ખરી પડવા માંડે છે.

**ચાંદી-પરમિયાના ઉપાય :** અંગ્રેજ વૈદક ચાંદી-પરમિયાની શરૂઆતમાં દરદીને પારો ખવડાવવાની ના પાડે છે. પણ શરૂઆતથી જ પારો, રૂમી હિંમળોક કે રસકપૂર આપવાથી જ આ રોગોમાં ફાયદો થાય છે. પારાને કપડામાં ધરી એમાંનું સીસા(Lead)નું તત્ત્વ દૂર કરવું. પછી કપડામાં દળાવી પારો નીચોવી એક તોલા પારામાં ચાર તોલા શરુનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કે ચાર તોલા નગોડનાં પાદડાનો

રસ ભેળવી, એકએક વાલ કે તેથી પણ ઓછા વળનનો પારો અંદર આવે એવી ગોળીઓ વાળવી. રોજ સવારસાંજ મળી બે ગોળીઓ ગળવી.

પારાને બદલે હિંગળોક આપવો હોય, તોપણ એ ગોળમાં વીંટીને આપવો. હિંગળોકની માત્રા પણ દિવસમાં બે વખત એક-એક વાલ કે તેથી ઓછા હિંગળોકની છે.

પારો કે હિંગળોકને બદલે રસકપૂર આપવું હોય તો પહેલાં મોટા ચણા જેવડી ઘઉંના લોટની કણુક લઈ, પાતળી નાની પૂરી વણી, તેમાં એક રતિભાર રસકપૂર મૂકી, રસકપૂર વચ્ચે રહે એ રીતે પાછો લૂઓ વાળવો. (વેદમાં એટલે 'પૂરણુપોળીનું' પૂરણુ વચ્ચે મૂકીને વાળીએ છીએ તેમ.) પછી એ મોટા ચણા જેવડો લૂઓ લવિંગના જુકામાં રગદોળવો. એવી ગોળી દિવસમાં બેવાર મળાવવી. આ ગોળી ગળતી વખતે એ દાંતે ન અડકવી જોઈએ.

પારો, હિંગળોક કે રસકપૂરમાંથી જે દવા લેવી હોય તેની નાની માત્રા લઈએ તો મોડું મટે પણ ઉપદ્રવો થાય નહિ. એ ત્રણમાંથી કોઈ પણ દવા ખાવાથી મોં, ગળું વગેરે બધું સૂઝી જાય છે; માટે કેપ્સુલમાં મૂકીને આપવાથી ઓછો ઉપદ્રવ થાય.

**હીમજ કેટલી આપવી ?** આ રોગોમાં હીમજ આપવી પણ થોડી આપવી, કારણ કે હીમજથી પારો વગેરે ઝાડામાં નીકળી જાય અને પારા વગેરે દવાઓનો ફાયદો મોડો થાય. જો મોં અને ગળું સૂઝી જાય તેનો દરદીને વાંધો ન હોય, તો તેવા દરદીને આ રોગમાં સમૂળગી હીમજ ન આપવાથી વહેલો ફાયદો થાય છે.

**ખોરાક :** ખોરાકમાં ભારે ખોરાક તથા ખટાશનો ત્યાગ કરવો. હલકો ખોરાક આપવો.

**ચાંદી અને પરમિયા માટે અનુભવેલો ખાસ ઉપાય :** રસકપૂર તોલા ૨, બોદારસિંઝ તોલો ૦૧, હીમજ તોલા ૪, દાડમનાં ફૂલ તોલો ૦૧, એલચી તોલો ૦૧, જયફળ તોલો ૦૧, કવિંચ તોલો

૦ા, કાળાં મરી તોલો ૦ા અને ધાણા તોલો ૦ા.

ઉપરનાં નવ ઓસડોમાંથી પહેલાં રસકપૂર અને બોદારશિંગને ગોમૂત્રમાં ત્રણચાર દિવસ રાખી શુદ્ધ કરવાં. પછી નવે વસ્તુઓનેા ઝીણા બૂકો કરી વાટીને લિંબુના દોઢશેર રસમાં નાખવો. સુકાય એટલે સાધારણ ચણા જેવડી ગોળીઓ વાળવી. સવારસાંજ એકએક ગોળી ઘીના લોચામાં લપેટીને એવી રીતે ગળવી કે ગોળી મોંથી મળા સુધીના કોઈ પણ ભાગને અડકે નહિ. કેપ્સુલનો ઉપયોગ જરૂર લાગે તો ગોળી ગળવા માટે કરવો.

**આ ગોળી ઉપર વધારાની પરેજ :** આ રોગોમાં ખાસ કરીને ઉપર કહેલી ગોળી ગળનાર માટે તેલ, મીઠું, ખટાશ કે કોઈ પણ જાતનો મસાલો વર્જ્ય છે.

**ગોળીથી મોં આવે તો શું કરવું ?** ગોળીથી મોં આવે તો ફટકડીના કોગળા કરવા, હીમજ લેવી તથા મોં મટતા સુધી એચાર દિવસ ગોળી બંધ કરવી.

## ૫૩ : શુકરોગ-શુકદોષ

**શુકરોગ શાથી થાય છે ?** જ્યારે વાત્સ્યાયનનાં કામસૂત્રો લખાયાં ત્યારે દંપતીના પરસ્પર સંતોષ ખાતર પુરુષની જનનેદ્રિયને નાનીમોટી કે લાંબીટૂંકી કે જાડીપાતળી કરવાના પ્રયોગો એમાં સૂચવાયા. એમાંના એક પ્રયોગમાં પાણીમાં રહેતા ચક્ર નામના વીંછી જેવા ઝેરી જંતુનો લેપ ઇન્દ્રિય ઉપર કરવાનું કહ્યું છે. આ લેપની પટી સાત દિવસ સુધી રોજ એવાર ઇન્દ્રિય ઉપર મારવાથી ઇન્દ્રિયની ઉપરની ચામડી તૂટી જાય છે અને ચામડી નીચેના માંસની જાદિ થવા માંડે છે. પછી બીજા સાત દિવસ રૂઝવીને નવી ચામડી લાવવાની ક્રિયા કરવાની લખી છે.

આ પ્રયોગ જ્યારે સફળ થતો નથી, ત્યારે વીસ જુદાજુદા

રોગો ઇન્દ્રિય ઉપર થાય છે. ભગંદર જેવું થાય, ફેફસીઓ થાય, અર્ધું થાય વગેરે. એટલે વાત્સ્યાયન કામસૂત્રો લખાયા પછી આવા દરદીઓ વૈદ્યો પાસે આવવા લાગ્યા, ત્યારે આ રોગનો પ્રચાર વધ્યો.

**શકરોગનો ઉપાય :** શકરોગના ઉપચારમાં ઇન્દ્રિય ઉપર માત્ર ઘોષેલું ઘી ચોપડવું. તેથી રૂઝ આવવા માંડશે અને દરદ મટી જશે.

**હીમજ તથા ખોરાક :** હીમજ તોલો ૦ા આપવી. દાળ, ખાત, ખીચડી અને શાક જેવો હલકો ખોરાક આપવો.

## ૫૪ : કુષ્ઠ-ચામડીના રોગ (Skin-diseases)

**ચામડીના રોગ કેને થાય ?** ચામડીના બધા રોગો અશુદ્ધિમાં કુષ્ઠ કહેવાય છે. ગળ્યું, ભારે, ઘી, દૂધ વગેરે બહુ ખાનાર, પરસેવો રોકાય એવું કરનાર, ઠંડા પાણીથી નાહનાર, ઠંડી હવા ખાનાર વગેરેને કુષ્ઠ થાય છે.

**ચામડીના રોગ કેવી રીતે થાય છે ?** ઉપર જણાવેલા આહારવિહારના કુપચ્ચથી દોષો (વાત, પિત્ત અને કફ, ) કોપે છે અને વાયુ એમને જે સ્થાનમાં લઈ જાય ત્યાં જાય છે. કુષ્ઠમાં ત્રણે દોષ કોપેલા હોય છે પણ કફ વધારે હોવાથી કુષ્ઠ વિશેષે કફપ્રધાન રોગ કહેવાય છે.

**કુષ્ઠના પ્રકાર અને નામ :** આ રોગો લોહી બગડવાથી થાય છે, એ માન્યતા બૂઝભરેલી છે. જ્યારે દોષો જિંડા ગિતરી ધાતુનો આશ્રય લે ત્યારે ધાતુ-આશ્રિત કુષ્ઠ કહેવાય છે. ધાતુ-આશ્રિત કુષ્ઠ સાત છે. એ દુઃસાધ્ય છે; પણ જ્યારે કોપેલા દોષ ચામડીને આશ્રય લઈ ચામડીનાં સાત પડમાંથી એક કે વધારે પડને બગાડે છે, ત્યારે એ સ્થાનઆશ્રિત કુષ્ઠ કહેવાય છે. સ્થાનઆશ્રિત કુષ્ઠ ૧૧ છે. બન્ને પ્રકારના કુષ્ઠ મળી કુલ સંખ્યા ૧૮ની છે.

અદાર કુટુંબનાં નામ : કાપાલ (ડીકરા જેવા ડાધા), ઔદુગ્મિક (ઉમરાના ફળ જેવા ડાધા), મંડલ, વિચચી (ખરજવું), ઝક્ષ, ચર્મ, એક, કિટિબ, સિખ્મ (કરોળિયા), અલસ, વિપાદિકા (પગ દાટવા), દદુ (દાદર), ચતારુષી, વિરકેટ, પામા (ખસ), ચર્મદલ, પુણ્ડરીક, કાકલુ. શિત્રી (ધોળો કોઢ), કિલાસ (ગુલાબી કોઢ), એ બે એક જ નત છે. પહેલાં ગુલાબી ચર્મ પછી કેટલીકવાર ધોળા ડાધ ચર્મ નમ છે.

સિખ્મ=કરોળિયા (Soriasis), દાદર (Ringworm), ધોળો કોઢ (Leucoderma), ખરજવું (Eczema), ખસ (Scabies), લૂખસ (Prurigo).

ખસનો ખાસ ઉપચાર : હરતાળ તોલો ૧, પાવચી તોલો ૧૦. ગંધક તોલો ૨૧, કાળાં મરી તોલો ૫, વજ તોલો ૨૧, મોરચુ તોલો ૦૧, પુવાડિયાનાં ખીજ તોલો ૧૦—એ સાતે ઓસડ ઉપરના પ્રમાણમાં જુદાંજુદાં ખાંડી વસ્ત્રમાળ ચૂર્ણ કરી ભેગાં કરી લૂગદી વળાય એટલું જ પાણી નાખી લસોટવાં. પછી નેટલા વજનની લૂગદી હોય તેનાથી ચારમણું સરસિયું લઈ, સરસિયાને કકડાવવું. કકડતા સરસિયામાં લૂગદી નાખવી. લૂગદી નાખ્યા પછી સરસિયું કકડાવવું નહિ. સહેવાતું ગરમ હોય ત્યારે સરસિયામાંનો કાદવ જેવો લેપ શરીરે ઊભો ધસવો. બહુ ધસવું નહિ પણ લેપ જેવું કરવું. વધેલું ફરીથી ઉપયોગમાં લેવું હોય, ત્યારે જરા ગરમ કરીને વાપરવું. આને બડકિયું કહેવામાં આવે છે.

ચામડીના બધા રોગોના ઉપાય : અદાર કોઢના ઇલાજમાં ખેરના લાકડાના ગર્ભમાંથી નીકળતા ખેરસારનું ચૂર્ણ દિવસમાં બેવાર દરેક વખતે ૦૧ તોલો ફકાવવું. ખેરના લાકડાના ચડના ગર્ભમાં જે વચ્ચે ભાગ હોય છે તેને ખેરસાર કહેવામાં આવે છે. તે શુદ્ધ મળવો મુશ્કેલ છે. તે મળે તેમાંથી કચરો સાફ કરી, શુદ્ધ ખેરસાર

લેવો. જો ખેરસાર ન જ મળે, તો ખેરના એ તોલા લાકડાના ટુકડાને એક શેર પાણીમાં ઉકાળી પાણીનો આઠમો ભાગ શેષ રહે, ત્યારે દિવસમાં બેવાર ક્વાથની માફક પાવું. સાથે સવાર-સાંજ એકએક તોલો બાવચી (તુકમરિયાં નહિ પણ ગંધાતી બાવચી) ખાંડીને ખવડાવવી. જો બાવચીને ઝમે નહિ એવા વાસણમાં જામૂનમાં પલાળી, તે વાસણનું મોં શીડી દઈ ધાન્યના ઢમલામાં એક માસ રાખી, પછી એ બાવચી દર ટકે બળ્લે તોલા ખવાય તો વધારે સારું. બાવચીથી ફેસ્લા બીઠે છે; કારણ કે બાવચી Blister છે. એટલે બાવચી આધારી હોજરીને નુકસાન ન થાય એટલા માટે દરદીને ખાવાની દાળમાં આંબલી કે ઠાકમની જગ્યાએ સૂકાં આમળાં નાખવાં. કુષ્ઠમાં બાવચી વિના વખતે ચલાતી લેવાય પણ ખેરસાર વિના ચાલે નહિ. જો કુષ્ઠ ધણો જ વધી ગયો હોય તો ખેરના લાકડાના પાણીથી જ દરદીને નવડાવવો, ખેરના લાકડાના પાણીમાં જ દરદીનો ખોરાક રાંધવો અને ખેરના લાકડાનું પાણી જ પીવા આપવું. આ બધા ઉપયોગ માટે પાણીમાં ખેરના લાકડાના ટુકડા આખી રાત પલાળી રાખવાથી ખેરના લાકડાનું પાણી તૈયાર થશે. કુષ્ઠમાં આટલી ખાવાની દવા થઈ.

બીજી દવા ચોપડવાની છે. એ બે જાતની છે : સૌમ્ય અને ઉષ્ણ. સૌમ્ય ઇલાજમાં પુંવાડિયાનાં બીજ કે પુંવાડિયાનાં પંચાંગ(છાલ પાંદડાં, કૂદ, મૂળ અને ફળ)ને વાટીને લેપ કરવો. ઉષ્ણ ઇલાજમાં બાવચી વાટીને ચોપડવી; અથવા નાળિયેરની ઠાયલીનો ચૂવો કે લોખાનનો ચૂવો ચોપડવો. પણ બાવચી ચોપડવાથી ફેસ્લા બીઠે છે એ ધ્યાનમાં રાખવું. કુષ્ઠમાં જો ખસ હોય તો ખસના ફેસ્લાને ફેસ્લા પછી ઉપર લેપ ચોપડવો.

કુષ્ઠમાં ખોરાક : કુષ્ઠમાં થોડા ઘઉં ખવાય. હલકા દાળ, ખાત, શાક અને બીચડીનો ખોરાક ખાવો. લી, દૂધ, દહીં, મળપણ



તથા કફકારક ખોરાક બંધ કરવો. શરીરે પાણી અડકાડવું નહિ. ખુદ્ધી હવામાં ફરવું નહિ. ધોવાની જરૂર પડે તો તેલથી ધોવું, પણ પાણી અડકાડવું નહિ.

**કુષ્ઠમાં હીમજ :** કુષ્ઠમાં હીમજ અપાય પણ ખીન્ને કાઈ પણ જીવાળ અપાય નહિ. હરડે રસાયન છે પણ ખીન્ન જીવાળથી ઝાડામાં પિત્ત નીકળી જાય તેથી કફનું પ્રમાણ વધી જાય અને કફનું પ્રમાણ વધે તો કુષ્ઠ મટે નહિ.

**ધોળા કાઠમાં આસ ખોરાક :** ધોળા કાઠમાં કાળાં હલકાં ધાન ખાવાથી ફાયદો થાય છે.

**દાદરનો ઉપાય :** દાદરો એસિડો ને ટિંકયર ઓફ આયોડિન ચોપડે છે, તે પણ કુષ્ઠ બાળવા માટે છે. દાદરમાં પુવાડિયાનાં બીજ, સરસવ અને ધરોને ખાટી છાશમાં વાટી, દાદર ઉપર ચોપડવાં. દાદર ઉપર લોખાનનો ચૂવો ચોપડવો (ધસવો નહિ); એ લાલ કે કાળી દાદરનો રામખાણુ ઇલાજ છે. દિવસમાં ત્રણવાર ચોપડવો. પથ પાળવું. હામજ લેવી.

**લોખાનનો ચૂવો બનાવવાની રીત :** માટીના બે ઘડા લેવા. તેમાંથી એકને વચ્ચેના પેટના ફરતા ભાગમાં એક છિદ્ર પાડવું. પછી બે ઘડાને સંપુટની માફક ભેગા કરી બંનેના મોં કપડાંથી અને માટીથી ભેગાં શીડી દેવાં. શીડી દેતા પહેલાં કાણાવિનાના ઘડામાં કોડિયો લોખાન રાખવો. શીડા પછી લોખાનવાળા ઘડા નીચે તાપ (શગડી) મૂકવો અને લોખાનવિનાના ઘડાનું છિદ્ર જમીન તરફ રાખી તેની નીચે લોખાનનો ચૂવો ઝીલવા માટે વાસણ મૂકવું. લોખાનવિનાના ઘડા ઉપર ઠંડા પાણીનું પોતું રાખવું. એટલે છિદ્રમાંથી વાસણમાં ચૂવો પડશે.

## ૫૫ : શીતપિત્ત—શીળસ (Urticaria)—ઉદર્દ : કોઠ

શીળસ શી રીતે થાય છે ? શીતપિત્ત એટલે શીળસ. એમાં શીત (એટલે કફ) અને પિત્ત એ બન્ને બગડીને ભેગાં થાય છે. ઠંડો પવન લાગવાથી બગડેલો વાયુ પિત્ત અને કફને બગાડે છે અને એ બગડેલાં કફ અને પિત્ત શરીરમાં બધે ફરીને ચામડી ઉપર રૂપિયા જેવડાં કે તેથી નાનાં ઢીમડાં ઉત્પન્ન કરે છે.

ઉદર્દ કેને કહેવાય ? જ્યારે આ રોગમાં પિત્ત સાથે કફ વધારે બળે ત્યારે બહુ મોટાં ઢીમડાં નીકળે છે, તેને ઉદર્દ કહે છે. ઉદર્દ એટલે મોટું શીળસ.

કોઠ ક્યારે કહેવાય ? જ્યારે આ બગડેલા પિત્ત અને કફ સાથે બગડેલો વાયુ પણ બળે છે, ત્યારે એ વાયુ ચામડીને સૂકવી નાખે છે. શીળસ અને ઉદર્દમાં કફને લીધે ખણજ આવે છે, તેથી ખણીખણીને જ્યારે ચામડી ખરબટ થઈ જાય છે અને બગડે છે; ત્યારે કોઠ રોગ થયો કહેવાય છે.

ત્રણેના ઉપાય : આ ત્રણેયમાં હીમજ આપવી પણ ખીજો કોઈ જીલાય આપવો નહિ.

શીળસમાં દવા તરીકે અજમો અને ગોળ બન્ને મળીને એક તોલો દિવસમાં બેવાર આપવો. ઉદર્દમાં સૂંઠ ને ગોળ બન્ને અડધાઅડધા તોલો દિવસમાં બેવાર; અથવા આદુનો રસ ને ગોળ (દરેક એકએક તોલો દિવસમાં બેવાર) આપવાં. કોઠમાં ચામડી ઉપર થી ધસવું.

આહારવિહાર : ખોરાક સાદો અને લૂખો આપવો. ઠંડી હવા ખાવી નહિ. ઠંડું પાણી પીવું નહિ. ઠંડું રનાન કરવું નહિ. પરસેવો થાય એવું પણ કંઈ કરવું નહિ. એટલે અરમ કપડાં, તડકો અને તાપથી દૂર રહેવું.

મટતાં કેમ વાર લાગે છે ? આ ત્રણેય રોગ લાંબે વખતે મટે છે; કારણ કે કફના ઉપાય કરવા જતાં પિત્તનું પ્રમાણ વધે છે અને પિત્તનો ઉપાય કરવા જતાં કફનું પ્રમાણ વધે છે.

## ૫૬ : અમ્લપિત્ત-(ખાટું પિત્ત)

અમ્લપિત્ત એટલે શું? અમ્લપિત્ત એટલે ખાટું જ રહેતું પિત્ત. કાચું પિત્ત ખાટું હોય છે, પચ્યમાન (પાકતું) પિત્ત કડવું હોય છે અને પકવ (પાકેલું) પિત્ત તીખું હોય છે. જ્યારે પિત્ત કાચું એટલે ખાટું જ રહે ત્યારે એવા કાચા-ખાટા પિત્તને કાળજી (Liver) લેતું નથી; એટલે એ લોહીમાં ફેરે છે. તેથી અમ્લપિત્તનો રોગ થાય છે. આ રોગ ભયંકર છે.

**પ્રકાર :** અમ્લપિત્ત બે પ્રકારનું છે : ઊર્ધ્વગામી અને અધોગામી. વળી બીજી દૃષ્ટિએ પણ અમ્લપિત્તના બીજા બે ભાગ પાડવામાં આવે છે : ક્ષધિક અને વાતાધિક.

**ઊર્ધ્વગામી અમ્લપિત્તનાં લક્ષણ :** ઊર્ધ્વગામી અમ્લપિત્તમાં અનુક્રમે છાતીમાં દાહ (બળતરા), ખાટા ઓડકાર (ઝૂંબાત), ખાટી ઊલટી, હૃદયના ધડકારોનો વધારો, આંખોની રતાશ (Blood Pressure) તથા માથાની રોગની નબળાઈ (Neurasthenia) થાય છે. વળી ભ્રાંતિ થાય છે અને ફેર આવે છે. તાણુ (Hysteria) અમ્લપિત્તને લીધે આવે છે.

**અધોગામી અમ્લપિત્તનાં લક્ષણ :** અધોગામી અમ્લપિત્તમાં ઊનાં, લીલાં તથા પીળાં પાણીના ઝાડા થાય છે.

**અમ્લપિત્તરોગ પારખવો કેમ મુશ્કેલ છે ?** અમ્લપિત્તરોગ પારખવો મુશ્કેલ છે. ઊર્ધ્વગામી અમ્લપિત્ત દાહ (બળતરા), ઊર્ધ્વવાત (ઓડકાર), હર્દિ (ઊલટી), હૃદયના ધડકારા (Palpitations), લોહીનું દબાણ (Blood Pressure), માથાની નબળાઈ (Neurasthenia) વગેરે સ્વતંત્ર રોગોનો ભ્રમ કરાવે છે; અને અધોગામી અમ્લપિત્ત, અતિસાર, ગ્રહણી, અર્શ (હરસ) વગેરે રોગોનો ભ્રમ કરાવે છે. પણ એ ભ્રમને વશ થઈ અમ્લપિત્તનાં લક્ષણોને સ્વતંત્ર

રોગ માની લઈ, તે તે લક્ષણની દવા કરવાથી એક લક્ષણ દુખાય ત્યાં બીજાં વધે છે.

અતિસાર, ગ્રહણી અને અર્શને અધોમાત્રી અમ્લપિત્ત સાથે કંઈ લેવાદેવા નથી. અતિસારમાં ઠંડા ઝાડા થાય છે, અધોમાત્રી અમ્લપિત્તમાં ગિના ઝાડા થાય છે. એટલે અધોમાત્રી અમ્લપિત્તમાં અતિસાર વગેરેની દવા કરવા જતાં નુકસાન થાય છે.

**અમ્લપિત્ત વધવાનાં લક્ષણો :** અમ્લપિત્ત જેમજેમ વધે છે તેમતેમ માથુસ થન્ય જેવો બની જાય છે. નસો પિત્તની ખટાશને લીધે ખેંચાય છે. શરીરમાં જાણે કીડીઓ ચાલતી હોય એવો દરદીને બાસ થાય છે. દરદી અવાજ સહન કરી શકતો નથી. એને ઊંધ આવતી નથી. થોડીવાર ઊંધનું ઝોકું આવે તોપણ એને સ્વપ્ન આવે છે. સ્વપ્ન પણ બિહામણું આવે છે. અમ્લપિત્ત વધતાંવધતાં ઉન્માદ (ગાંડપણ) પણ થઈ આવે છે.

દાકતરો કે સામાન્ય વૈદ્યોને આ રોગની પરીક્ષા નથી. ઊલટીમાં, હોળરીના રસમાં, ઝાડામાં કે પેશાબમાં જૂરો લીટમસ પેપર બોળવાથી લાલ થઈ જાય, ત્યારે દાકતર કહી શકે છે કે હોળરીમાં હાર્ડ ડ્રોકેલોરિક એસિડ વધી પડવાથી ખટાશ (Acidity) વધી પડી છે.

**ઉપાય :** અમ્લપિત્તના ઉપચાર તરીકે હીમજ, સાકર અને કાળી દ્રાક્ષ આપવાં. સવારે હીમજ તોલો એક આપવી. પછી ખોખામાં એછો એકાદ જીલાબ હીમજ પીવાથી થાય, ત્યારપછી સાકર અને કાળી દ્રાક્ષ બન્ને મળી દોઢભે તોલા આપવાં. સાંજે પણ સાકર અને કાળી દ્રાક્ષ દોઢભે તોલા આપવાં. જો સાકર ને કાળી દ્રાક્ષથી કાયદો થતો ન લાગે, તો નસોતર જેમાં મુખ્ય છે એવું નીચે જણાવેલું અવિપત્તિકર ચૂર્ણ દિવસમાં બેવાર ફકાવવું.

**અવિપત્તિકર ચૂર્ણ :** ત્રિકટુ (સૂંઠ, મરી અને પીપર), ત્રિકળા

(હરડે, બહેડાં અને આમળાં), એલચી, મેઘ, વાવડિંચ અને તમાલપત્ર—એ દસ દવાને સમાન ભાગે લઈ એ સર્વની સમાન લવિંચ લેવાં અને પછી એ અગિયારેની સમાન નસોતર લેવું. એ બારેના સમાન સાકર લેવી અને એ તેરેનું સૂક્ષ્મ ચૂર્ણ કરી પ્રાતઃકાળે ભોજન કર્યા પહેલાં અડધો તોલો ચૂર્ણ દાકવું.

અથવા દિવસમાં બેવાર નીચે જણાવેલો દશાંગ કવાચ પીવો.

દશાંગ કવાચનો પાઠ : અરડૂસી, ગજો, ખડસલિયો પિત્ત-પાપડો, કરિયાતુ, હીમજ, બહેડાં તથા આમળાની છાલ, જળભાંજરો, હીમડાની અંતરછાલ અને પટોળ—એ દસ ઓસડનો કવાચ પીવો.

ખોરાક : દાળ, ભાત, ખીચડી તથા શાકનો હલકો ખોરાક આપવો. બારે ખોરાક કે ઘી, દૂધ તીખાશ અને ખટાશ બંધ કરવાં.

### ૫૭ : વિસર્પ-રતવા (Erysipelas)

રતવા શી રીતે થાય છે ? જે બહુ ખાટું, તીખું અને મરીમસાલાવાળું ખાય, તેથી જેને અજીર્ણ થાય, તેનું પિત્ત બળડે અને તેમાં કદ તથા વાયુ પશુ બગડી સાથે બળે છે. આ બળડેલા પિત્તપ્રધાન ત્રણે દોષ, ન્યારે શરીરમાં ફરવા માંડે છે ત્યારે વિસર્પ થાય છે.

પ્રકાર તથા લક્ષણ : આંતર તથા બાહ્યવિસર્પનાં લક્ષણ : વિસર્પ બે જાતના છે : આંતર અને બાહ્ય. આંતરવિસર્પમાં શરીરની અંદર બહુ દાહ થાય છે, બાહ્યવિસર્પમાં શરીરની ચામડી ઉપર વિકાર થઈ આવે છે. બન્ને વિસર્પમાં સાથે તાવ તો હોય જ છે. વળી આ દોષો સતત ચામડી નીચે ફરતા હોવાથી, ધડીમાં એક ઠેકાણે તો ધડીમાં બીજે ઠેકાણે ચામડી લાલ થઈ જાય છે. ખાસ કરીને ગાલ, નાકનું ટેરવું, હોઠ વગેરે રાતા થાય છે, ત્યારે તાવ વધારે હોય છે.

ખીજ દષ્ટિએ વિસર્પ સાત જાતનો છે : કફ, પિત્ત, વાયુ, કફપિત્ત, કફવાયુ, પિત્તવાયુ અને ત્રિદોષનો. વળી સાતે ધાતુઓના આશ્રયે દોષો રહે છે, તેથી પણ વિસર્પ સાત જાતનો છે.

**કર્દમવિસર્પ શી રીતે થાય છે ?** દોષો ફરતાફરતા ચામડી, લોહી, માંસ, લસિકા ( લીમ્ફેટિક સિસ્ટમ )ને સડાવે છે અને એ સડેલાં તત્ત્વો બહાર નીકળવા માંડે છે; અથવા ચામડી પર ગાંઠો બંધાઈ જાય છે. કેટલીકવાર સડેલાં અવયવો મરી જાય છે. પછી એ કાઢવની માફક બહાર નીકળે છે. આને કર્દમવિસર્પ કહેવામાં આવે છે.

**ક્ષતવિસર્પ :** વળી વાગીને ધા પડે તેમાંથી પણ વિસર્પ થઈ જાય છે. આ ક્ષતવિસર્પ કહેવાય છે.

**વિસર્પની ભયંકરતા :** વિસર્પરોગ એટલો બધો ભયંકર છે કે તે થોડીવારમાં જ મારી નાખી શકે છે. એ એટલો બધો ચેપી ( સંક્રામક ) છે કે વિસર્પવાળાને અડકીને ખીજને અડકીએ તો એને પણ વિસર્પ થવા સંભવ છે. વિસર્પવાળાને અડક્યા પછી નાહી-ધોઈ, કપડાં બદલી પછી ખીજને અડકવું.

વાતપિત્તના વિસર્પને આમ્નેય વિસર્પ કહેવામાં આવે છે. કફ જ્યારે ચામડી તળે ભરાઈ જાય, ત્યારે એને ગ્રંથિવિસર્પ કહેવામાં આવે છે. અને કફપિત્તના વિસર્પને કર્દમવિસર્પ કહેવામાં આવે છે. આમ વિસર્પનાં ત્રણ જુદાંજુદાં નામ છે.

**ઉપાય :** આંતરવિસર્પમાં ઠંડા ઉપચાર કરવા અને દાહના રોગ જેવી ચિકિત્સા કરવી. બાહ્યવિસર્પમાં ઉપવાસ કરાવવા તેમ જ નીચે જણાવેલો દર્શાંગ લેપ કરવો અથવા ચંદનનો લેપ કરવો.

**દર્શાંગ લેપ :** સરસડિયાની છાલ, તગર, જેડીમધ, રતાંજળી, એલચી, જટામાંસી, હળદર, દારુહળદર, ઉપલેટ અને વાળો—એ દસે દવાઓ ઝીણી વાટી એમાં દવાઓના કુલ વજનથી દસમા ભાગનું ઘી નાખી, અંદર પાણી નાખતા જઈ ખૂબ લસોડ્યા પછી લેપ કરવો.

૫૮ : વિસ્ફોટક-મસૂરિકા (શીતળા, બળિયા,

માતી-Small-pox, Cow-pox )

રોમાન્તી-ઝોરી ( Measles, Chicken-pox )

**વિસ્ફોટકનાં લક્ષણ :** વિસ્ફોટક રોગમાં શરીરે મોટા ફોલ્લા નીકળે છે. સાથે તાવ પણ આવે છે, ફોલ્લામાં પરુ થાય છે. પણ એ ફોલ્લા લાંબે વખતે ફૂટે છે. ચાંદી(ઉપદંશ )ને લીધે જે વિસ્ફોટક થાય છે તેમાં ફોલ્લા પાકતા નથી અને ફોલ્લાને ઠેકાણે કાળાં ચાઠાં પડી જાય છે. પણ આ પ્રકરણવાળા સ્વતંત્ર વિસ્ફોટકમાં પિત્ત વધારે હોય છે એટલે ફોલ્લા પાકે છે.

**શીતળાનાં લક્ષણ :** શીતળા વિશેષ કોને થાય ? શીતળામાં પહેલાં આંખે ચીપડા ( પીયા ) આવે છે, આંખ લાલ થઈ બારે બને છે તથા તાવ આવે છે. શરીરે પહેલાં ઢીમડાં થાય છે અને પછી તેના ઉપર ફોલ્લા થાય છે. તેમાં પરુ થઈ ફોલ્લા ફૂટે છે. શીતળારોગ મુખ્યત્વે કફનો છે. તેથી ખાસ વસંતઋતુમાં થાય છે. દૂધ ઉપર રહેનાર કફપ્રકૃતિનાં બાળકોને આ રોગ વિશેષ થાય છે. આ રોગ ચેપી ( સંક્રામક ) છે, પણ જેનો જઠરાગ્નિ મંદ હોય તેને ચેપ લાગી શકે છે.

**શીતળા ક્યારે ન મટે ?** છાતી ઉપર શીતળાના ફોલ્લા ન થાય ત્યાંસુધી શીતળા મટે એટલી હદમાં હોય છે. જે શીતળાના ફોલ્લા ફૂટવાને બદલે કાળા પડી જાય તો મૃત્યુ થાય છે.

**ઝોરીનાં લક્ષણ :** રોમેરોમે ( રંવાડેરંવાડે ) અળાઈના જેવી રાતી ફોલ્લીઓ નીકળે અને સાથે તાવ પણ હોય તેને રોમાન્તી અથવા ઝોરી કહેવામાં આવે છે. ઝોરી પાકતાં નથી પણ સમાર્પ જાય છે.

વિસ્ફોટક, શીતળા અને ઝોરી એ ત્રણે એવા તાવ છે કે જેમાં શરીરની અંદર અને શરીરની ઉપર ફોલ્લા ફૂટી નીકળે છે.

શીતળા વિષે ઠાકતરી માન્યતા : શીતળાની બાળતમાં ઠાકતરીની માન્યતા એવી છે કે પહેલા નવેક દિવસ તાવ આવે. પછી ફાલ્લા નીકળે એટલે તાવ નરમ પડી જાય. એ ફાલ્લા બીપડવાની સ્થિતિ પણ નવેક દિવસ રહે છે. પછી ત્રીજા નવેક દિવસ પાછો તાવ આવે છે અને ફાલ્લા પાકી એમાંથી પરુ નીકળે છે અને ચોથા નવેક દિવસમાં ધીમેધીમે બધું મટી જાય છે. પણ આ ક્રમ આશુર્વેદને મંજૂર નથી.

વિસ્ફોટક, શીતળા અને ઓરીના ઉપાય તથા ખોરાક : વિસ્ફોટક, શીતળા અને ઓરીમાં ફાલ્લા મટે નહિ અને તાવ જિતરે નહિ, ત્યાંસુધી તદ્દન ઉપવાસ કરાવવા. આ રાગોમાં 'ગોળીનું' ઠંડું પાણી જરૂર પ્રમાણે પાવું. તાવ જિત્યાં પછી પિત્તજ્વરના 'વાળા' વાળા ક્વાથ પાવા. ફાલ્લા ઉપર ગરમ કરીને ઘી એવવું. ફાલ્લા ફૂટ્યા પછી આંબાનાં પાંદડાંની રાખ અને હરડેનું વજ્રગાળ ચૂર્ણ ફૂટેલા ફાલ્લા ઉપર દ્યાવવું. તેથી બિંગડું થઈ રુઝાઈને જખડી જશે. ઉપવાસ પૂરા થયા પછી ખોરાકનો ક્રમ તાવના જેવો રાખવો.

પિત્તજ્વરનો 'વાળા' વાળો ક્વાથ : નાગરમોથ, ધમાસો, પિત્તપાપડો, વાળો, કરિયાતું અને લીમડાની અંતર છાલ—એ છ એસડ સમભાગે લઈ ક્વાથ કરવો.

### ૫૯ : શુદ્ધરોગો

યવપ્રખ્યા=એ છેડે પાતળું અને વચ્ચે જડું બીમડું.

અંત્રાલજી=સ્નાયુનું ગૂમડું.

વિષ્ટતા=પહોળા મોંનું ગૂમડું.

કચ્છપિકા=સાથળના મૂળમાં થતી ફાલ્લીઓ.

વસ્ત્રીક=રાશી.

ઈદ્રવિદ્વા=કમળના વિકસેલા ભાગ જેવો એક જાતનો ઘસો.



- મર્દાંગિકા=શ્લીઝ જેવાં એક જાતનાં ચકરડાં.  
 પાપાણ્યમર્દભ=ગાલસૂણિયું ( Mumps )  
 પનસિકા=કાનની અંદર થતી ખાસ ફેલ્લી.  
 જલમર્દભ=એક જાતનું ગૂમકું.  
 ઇરિવેલ્લિકા=માથામાં થતું મોટું ગૂમકું.  
 મન્ધમાલા=અંગલની ગાંઠો.  
 અમ્મિરોહિણી=પ્લેમ જેવી ગાંઠો.  
 ચિખ્ચિખ=નખ અમડવા અને નહિયાં ફાટવાં. ( Whitlaw )  
 અનુશયી=એક જાતનું ગૂમકું.  
 વિદારી=પગની બાજુઓમાં ફાટવાનો એક પ્રકાર.  
 શર્કરા=સાકરના ગાંગડા જેવી ગાંઠ.  
 પાદદારી=પગને તળિયે ચીરા પડવા તે.  
 કદર=આંટણુ. ( Corn )  
 અલસક=આંગળીઓની વચ્ચે થતી ખણજવાળી અને દાહવાળી  
 ઝીણી ફેલ્લી.  
 ઈર્લુમ=ઊંદરી= ( Baldness ).  
 દારુણ=માથામાં થતાં ખાસ ગૂમડાં.  
 અરુપિકા=એક જાતનું ગૂમકું.  
 પલિત=ઘોળા વાળ.  
 યુવાનપીટિકા=ખીલ. ( ગાલ ઉપર થતાં )  
 પશ્ચિનીકંટક=એક જાતનું દાદર જેવું ફૂંડાણું.  
 જનુમણિ=કાળું લાણું.  
 મષકલિંગ=અડદ જેવા કાળા મસા.  
 તિલકાલક=તલ નીકળે તે.  
 અચ્છલિંગ=ચિંતાથી આંખની નીચે કપોલ પર કાળું આમકું.  
 ચર્ધ જય છે તે.

વ્યંગલિંગ=(કુઃખને લીધે) કાળું-ઘોળું ચામડું ગાલ ઉપર થઈ જવું તે.

નીલિકા=વાદળા મિશ્રિત લીલા રંગના ડાઘ ચામડી ઉપર પડે તે.

પરિવર્તિકા=પુરુષની જનનેદ્રિયની ચામડી ઊંચી ચડી જાય અને નીચી ઊતરે નહિ તે.

અવપાટિકા=સાંકડી ચોનિવાળા સ્ત્રી સાથે મૈથુન વગેરે કારણથી જનનેદ્રિયની ચામડી ફાટે તે.

નિરુદ્ધપ્રકાશ=(Stricture) પેશાબનો માર્ગ વચ્ચેથી સંકેચાવો. ખાસ કરીને પુરુષની ઇદ્રિયપરની ચામડી ઊધડે નહિ તે. (Phymosis)

સંનિરુદ્ધગુદ=ગુદાનો માર્ગ સાંકડો થવો.

અહિપૂતન=નાના બાળકને ગુદા પર ચાંદાં પડવાં.

ગુદશ્વંશ=આંખોઈ નીકળવી.

વૃષણકચ્છુ=વૃષણની ફેલ્ડલીઓ તથા ચાંદાં.

કક્ષા=આમલી.

### ઉપાય :

વિદારિકા } માં લી ચોપડેલું રાખવું. મોળાં તથા જોડા પહેરેલા  
પાદદારી } રાખવા. લીમજ રોજ લેવી.  
અને દારી-

અમિરોહિણી : ખાસ લાંઘણ કરાવવી. એમાં ગાંઠો સાંધા ઉપર થાય છે અને દરદીના કક્ષા વિના ગાંઠો છે એવી ખબર પડતી નથી.

યુવાનપીટિકા : (ગાલ ઉપરનાં) ખીલ ઉપર મીઠળ અને સૂંઠ ધસીને ચોપડવાં. ફટકડીનું પાણી ખીલ પર ચોપાડા કરવું. લીમજ

તોલો ૦૧ રોજ ખાવી. દૂધ, દહીં, માખણ, લી વગેરે કફ કરનાર પદાર્થો ઓછા ખાવા. કોડિયો લોખાન, હળદર અને આંખળાનો લેપ કરવાથી પણ ખીલ મટે છે. અથવા શાર્ફીધર સંહિતામાં આપેલા લોધ્રાદિ લેપ કે ગોરાચનાદિ લેપ કે સિદ્ધાર્થકાદિ લેપ કરવા.

વસ્ત્રીક : મણુશીલાદિ તેલ ચોપડવું. હિદ્રોમાં મણુશીલની વાટ ભરવી. લી, દૂધ બંધ કરવાં.

યુદ્ધમંસ : દિવેલ પાવું. હીમજ આપવી. લી, દૂધ, લોટ બંધ કરવાં.

ઈદ્રલુપ્ત : માથામાં રેલા ચાલે એટલું ચંબેલીનું તેલ ભરાવવું અને રૂમાલ બાંધી રાખવો; આથી છઠ્ઠાઠ મહિને રોગ મટે.

ચિપ્પ : નખ ઉપર અને આંખળીની ટોચના વેદા ઉપર લી ચોપડેલું રાખવું. રોજ હીમજ તોલો ૧ લેવી. મધ્યમંજિષ્ઠાદિ ક્વાથ આપવો. તદ્દન હલકો ખોરાક લેવો. આથી લાંબે વખતે આ રોગ મટે છે.

મધ્યમંજિષ્ઠાદિ ક્વાથનો પાઠ : મજ્જા, આવચી (તુકમરિયાં નહિ), પુંવાડિયો, લીમડો (અંતરછાલ), હીમજ, હળદર, આમળાં, અરકુસો, શતાવરી, કાંસકી, ગંગેટી, નેહીમધ, જોખરુ, પરવળ, વાળો, ગળો અને રતાંજળી; એ સત્તર ઓસડના ક્વાથને મધ્યમંજિષ્ઠાદિ ક્વાથ કહેવામાં આવે છે.

કદર=આંટણુ : આંટણુ કાપીને પછી તે જગ્યાએ ડામ દેવો.

અલસક : દિવેલ ચોપડેલું રાખવું. હીમજ રોજ લેવી, ને હલકું ખાવું.

પાપાણુમર્દન : ગાલસૂણિયું. નીચે આપેલો દોષધ લેપ કરવો.

દોષધ લેપ : સાટોડી, દેવદાર, સૂંદ, ઘોળા સરસવ અને સરખવો (છાલ) એ પાંચે ઔષધો સમાન ભાગે લેવાં અને એમને કાંજમાં ઝીણું લસોડી સોળવાળા ભાગ ઉપર લેપ કરવો.

કાંજ એટલે ધાન્યામ્લ. ધાન્યામ્લ ન મળે તો ખાટી ઊસમાં ઉપરનાં પાંચે દ્રવ્યો લસોટવાં.

અહિપૂતન : ચાંદા પર ઘી લગાડવું.

વૃષણકચ્છુ : ફૂટીને ચાંદું થાય ત્યારે ઘી ચોપડા કરવું.

ગુદભંશ : દિવેલ તોલા ૨ રોજ પાવું. ઘી ગરમ કરી

સશેકું એવ્યા કરવું.

મષકર્ધિંગ : પાનમાં ખાવાના કળીચૂનામાં કબૂતરની અધાર ભેગી કરી પાણી સાથે લોચો કરી ચોપડવું.

પરિવર્તિકા : ઘી ચોપડીચોપડીને ચામડી કળેકળે નીચી ઉતારવી તા. ક. છુદ્દરોગોમાંથી જેટલા રોગ લોકો સરળતાથી એજીપ્તી શકે એવું લાગ્યું છે અને જેમાં શસ્ત્રક્રિયાની જરૂર પડતી નથી, તેવા રોગોના અહીં ઉપાય આપ્યા છે.

## ૬૦ : મુખ તથા કંઠના રોગ

શાથી થાય ? ન્યારે હોજરી બગડે છે ત્યારે એ પાચક-પિત્ત (Muriatic Acid કે Hydrochloric Acid) ચૂકતી નથી, તેથી અન્નપાન પચી શકતું નથી. એટલે હોજરીમાં પચાવિનાનું અન્નપાન સડવા માંડે છે, હોજરીમાં ચોટે છે અને હોજરી બગાડીને અંદર ચાંદાં પાડે છે. આને અંગ્રેજીમાં Ulcer of the Stomach કહેવાય છે.

લક્ષણ : ન્યારે હોજરી આ પ્રમાણે બગડે છે ત્યારે સાથેસાથે પહેલાં જીભનું ટેરવું, પછી જીભની ફરતી કિનાર, પછી જીભની સપાટી અને પછી હોઠ; એમ એક પછી એક મુખની અંદરના ભાગો (પાન ખાધું હોય ને થાય તેવા) લાલ થવા માંડે છે.

આમ હોજરી જે વધારે વખત બગડેલી રહે તો તેને લીધે ગ્રહણી પણ બગડે છે. તેથી જીભ અને મોંનો ભાગ લાલ થાય તેને

આયુર્વેદમાં ગ્રહણીરોગના પૂર્વરૂપ તરીકે ગણાવ્યું છે. તેને સ્વતંત્ર મુખરોગરૂપે ગણાવ્યું નથી. પણ વ્યાવહારિક દષ્ટિએ આપણે એને મુખરોગરૂપે ગણીશું.

**ઉપાય :** આવી રીતે જ્યારે જીભ કે મુખનો અન્ય ભાગ લાલ થઈ જાય, ત્યારે હીમજ તોલો એક આપવી, પાણી પીવાનું ઓછું કરવું, દિવસમાં કકડેકકડે રોગના બળ પ્રમાણે બેત્રણથી માંડી દસઆર ખાટાં લિંબુનો રસ પાવો. લિંબુના રસમાં જરા ખાંડ નાખવામાં હરકત નથી.

**ખોરાક :** ખોરાક મુખ્યત્વે ગાયના દહીંની પાણી નાખ્યા-વિનાની મઠા જેવી હાથ આપવી. આ પ્રયોગમાં પાણી પીવાનું તદ્દન બંધ કરવું. એને માટે દહીં જરા ખાટું થવા દેવું. આવી ખટાશથી હોજરી પાચનક્રિયાનું કામ કરવા માંડે છે અને તેથી જીભ વગેરે ભાગ ઉપરની મોઢાની રતાશ મટવા માંડે છે. દરદીને પણ ખટાશ ભાવે છે. શેરએક દહીંથી શરૂ કરી જૂખ પ્રમાણે ધીમેધીમે દહીં વધારતા જવું. આ પ્રયોગ ચાર મહિના ચલાવવો જોઈએ.

**મેં પાકે તેનાં લક્ષણો :** જે મોંનો કેઈ પણ ભાગ પાકતો હોય, એટલે જે મોંના કેઈ પણ ભાગમાં ઘોળાં ચાંદાં પડે, ફેલ્લીઓ થાય, લોહી કે પરુ નીકળે, પીડા થાય, દાંત કે પેદાનો દુખાવો થાય કે સડો થાય, તો નીચે જણાવેલા ઉપાયોમાંથી ગમે તે એક ઉપાય કરવો.

**શુભપાકના ઉપાય :** સૌથી વધારે પ્રમાણમાં ફટકડી, તેથી ઓછા પ્રમાણમાં પાટિયો ટંકજુખાર અને તેથી ચે ઓછા પ્રમાણમાં મોરચુથુ, એ ત્રણેય મળી દર ટંકે સરવાળે એક તોલો લઈ, એને બેમાં કરી ગરમ પાણીમાં ઓગાળી, એ ગરમ પાણીના કેમળા દિવસમાં નેટલીવાર બને તેટલીવાર કરાવવા. દરેક ટંકે એક શેર પાણીમાં ત્રણેય દવા મળીને એક તોલો નાખવી.

અથવા ફટકડી, તેથી ઓછા પ્રમાણમાં પાટિયો ટંકણખાર, અને મોરથૂથુ ઉત્તરોત્તર ઘટતા પ્રમાણમાં ભેગાં કરી, એનું ચૂર્ણ દાંતે ધસવું.

કોમળાની દવામાં કે ધસવાના ચૂર્ણમાં મોરથૂથુ વધારે પડે, તો દાંત કાળા થઈ જાય છે. એ રીતે દાંત કાળા થાય તો તેલ અને મીઠું ભેગાં કરી ધસવાં.

વડ, પારસપીપળો, પીપળો, પીપર અને હિમરો; એ પાંચ ઝાડની અંતરછાલ દોઢશેર (સરવાળે) લેવી. એને સાત શેર પાણીમાં ઉકાળવી. જીકળીને પાણી લાલ થાય ત્યારે ઉતારી લેવું. એ પાણીના બે એટલા કોમળા કરાવવા. ઉપરનાં પાંચ ઝાડની છાલ પંચવટકલ કહેવાય છે.

બાવળની છાલ, ભેરડીનાં મૂળ અને આવળનાં મૂળ; એ ત્રણેને ઉકાળી એ પાણીના પુષ્કળ કોમળા કરાવવા.

ઉપરના ત્રણમાંથી ગમે તે ઉપાય કરવાથી મુખરોગ મટે છે.

પણ જો દાંત હાલતો હોય કે પેઢામાં નાડીવણુ થતો હોય, તો દાંત કઢાવી નાખવો એ વધારે સારું છે.

**કંઠરોગ :** તેના ઉપાય : કંઠના અઘાર રોગ છે. તેમાંના ધણુખરા અસાધ્ય અને શસ્ત્રક્રિયાના રોગો છે. તેનું વર્ણન અષ્ટાંગ-હૃદયમાં છે. પણ સાધ્ય રોગ મટે અને અસાધ્ય રોગમાં દરદીને રાહત રહે એટલા માટે નીચે પ્રમાણે ઉપચારો કરવા :

દારહળદર, તજ, લીમડાની અંતરછાલ, રસવંતી અને ઈંદ્રજવનો ક્વાથ કરી પાવો. બધા મુખરોગ તથા કંઠરોગમાં હીમજ તોલો ના આપવી. દાળખાત તથા શાકનો હલકો અને પચે એટલો જ ખોરાક આપવો.

## ૬૧ : કર્ણુ રોગ—કાનના રોગ

**કારણ, પ્રકાર અને લક્ષણ :** કાનમાં મેલ બરાઈ જવાથી અવાજનો માર્ગ રોકાઈ જાય છે, ત્યારે કાનમાં ધાક પડે છે એટલે પૂરું સંભળાતું નથી. આ મેલ ધણીવાર સુકાઈ જાય છે અને કાનના માર્ગને પૂરી દે છે. આ રોગ કર્ણુક્લેષ કહેવાય છે.

વળી કાન ખોતરવાથી કે કાનમાં ઠંઈ વાગવાથી કાન પાકે છે અને કાનમાંથી પાણી અને પરુ નીકળે છે. આ વાગવાને લીધે કે કુપચ્ચને લીધે દોષ કોપવાથી કાનમાં ફાત્લી પણ થાય છે. તે સણુકા મારીને પાકે છે અને તેમાંથી પરુ વહે છે.

વળી કફને લીધે કાનનો પડદો જડ બની જાય છે અને તેથી પણ કાનમાં ધાક પડે છે. કાનમાં પવન બરાઈ જાય તેથી કે બહારની ઠંડી હવા કાનને લાગે, તેથી જળાંતું લોહી થીજી જઈને ફરતું બંધ થવાથી, કાનમાં સોજો આવે છે, એમાં સણુકા શરૂ થાય છે અને છેવટે પાકીને પરુ થાય છે.

કાનમાં જાતજાતના અવાજ થયા કરે છે તે રોગ કર્ણુનાદ કહેવાય છે. કાનમાંથી પરુ નાકમાં અને મુખમાં રસ્તો કરે છે, ત્યારે નાકમાં દુર્ગંધ આવ્યા કરે છે. આ રોગ કર્ણુપ્રતિનાદ કહેવાય છે.

વળી કાનની શબ્દભેદી એટલે કાનપટીના પણ રોગ થાય છે. કર્ણુપાલી એટલે કાનની જૂદના પણ રોગ જીદાંજીદાં કારણથી થાય છે. કાન વીંધતાં ન આવડે તેથી કે ધરણાંના બારથી પણ કાનની જૂદ વૃદ્ધે છે અને કેટલીકવાર સડે પણ છે.

**કાનમાં મૂકવાનું તેલ :** કાનમાં મસો થયો હોય ત્યારે અને કાનની જૂદ કે પટીના કેટલાક રોગમાં સત્ક્રિયાની જરૂર છે. સત્ક્રિયા સિવાયના બાકીના કાનના રોગોમાં ચામડી દાઝી ન જાય, એ રીતે કાન ઉપર અને આંજીબાંજી શૂંક કરવો. કાનમાં દીપેટી

તેલ નાખવું પણ તેલ એકદમ રેડવું નહિ. એકદમ રેડવાથી તેલની તળે પવન ભરાઈ રહે છે અને એ પવન તેલને બિંદુ ઊતરવા દેતો નથી. અઢી તોલા સરસિયાનું તેલ પુષ્કળ કકડાવવું. પછી દેવતા પરથી ઉતારી લઈને તરત એ પુષ્કળ કકડાવેલા સરસિયા તેલમાં અગાઉથી તૈયાર રાખેલા લસણની બે કળીના, આવળની બે શિંગના તથા કાળા ચાર મરીના કકડા અને કડવા લીમડાનાં કુમળાં આઠદસ પાંદડાંના કકડા નાખવા. ન્યારે આ બધા કકડા કકડતા સરસિયામાં તળાઈને કાળા પડી જાય, ત્યારે તેલ ગાળીને ભરી લેવું. દરેક વખતે ટીપેટીપે દસેક ટીપાં નાખવા.

દરદીને આદુનો રસ પાવો અને કાનમાં જાય એ રીતે ગૂગળનો ધૂપ કરવો. તેલ મૂક્યા પછી દસપંદર મિનિટ સુધી દુખતા કાનવાળું પડખું ઉપર રહે તે રીતે સૂવું. દુખતા કાનવાળી દાદે ચાવવું નહિ કે બહુ બોલવું નહિ. તેલ કાનમાં પ્રસરી રહે પછી બને તેટલો વખત આખો દિવસ દુખતા કાનવાળે પડખે એટલે દુખતો કાન નીચે રહે એ રીતે સૂવું કે જેથી પર બહાર નીકળી શકે. પણ જો કાનમાં પર ન થતું હોય, કાન પાકતો ન હોય કે કાનમાં મેલ ન ભરાયો હોય; પણ કાનમાં માત્ર સોજો જ હોય તો પહેલાં શેક કરવો અને કાનમાં ગૂગળનો ધૂપ લેવો. પછી પાકે ત્યારે ઉપર કહેલું તેલ મૂકવું.

જો કાનમાં પર પુષ્કળ ભરાઈ ગયું હોય અને ખૂબ દુખાવો થતો હોય, તો અષ્ટાંગહૃદયમાંનું નીચે જણાવેલું ક્ષારતેલ બનાવી કાનમાં નાખવું. એમાં લખેલા ક્ષારમાંથી જેટલા ક્ષાર મળે તેટલા સોળમણી પાણીમાં આગાળી ૧ પાણી બાકી રહે ત્યાંસુધી ઉકાળવું. એ ક્ષારવાળું પાણી બાકી રહેલા પાણી જેટલા સરસિયામાં નાખી, પાણી બળી જાય અને ક્રૂત સરસિયું બાકી રહે, ત્યાંસુધી ઉકાળી ગાળી ભરી રાખવું. એ તેલ મૂકવાથી મગે તેવા સણકા અને પાક મટી જાય છે. તેલ રૂઝવનારું દ્રવ્ય છે.



**ક્ષારતેલ :** સૂકા મૂળાના કકડાનો ક્ષાર, હિંગ, સૂંઠ, વરિયાળી, વજ, ઉપલેટ, દેવદાર, સરગવો, રસવંતી, સંયળ, જવખાર, સાજખાર, ખાવાનું મીઠું, સિંધવ, બોજપત્ર, પીપરીમૂળનો ગઠોડો, બિડલૂણ, નાગરમેથ, ચારગણું મધ, ધાનનું ખાટું પાણી ( ધાનને આથો આવે ત્યારપછી નિતારી લીધેલું ખાટું પાણી=ધાન્યામ્લ), બિજેરાનો રસ અને કેળનો રસ.

**પરુ શી રીતે સાફ કરવું ?** કાનમાં બહુ પરુ ભરાઈ જાય તોપણ કાન કઢી ધોવાડાવવો નહિ, તેમ જ તે રૂઝવવા યોરિક કે કોઈ પાઉડરનો ઉપયોગ કરવો નહિ. જે પાઉડરની પોપડી બાઝી જાય તો પરુ ગહાર નીકળવાને બદલે કાનમાં ભરનીગળ ગૂમકું કરે છે.

જે કાનમાં બહુ પરુ થાય, તો સળીની આસપાસ ૩ વીંટી કાનની ભીંતો અને પડદાને ન ધસાય એવી રીતે સળી એક કે દોઢ ઇંચ અંદરની બાજુ ફેરવીને પરુ બહાર કાઢી નાખવું. ૩ વારંવાર બદલવું.

**ખોરાક :** દૂધ, દહીં, ઘી, ગળપણ અને લોટસિવાયનો ખોરાક હલકો લેવો. હીમજ તોલો ના રોજ લેવી.

## ૬૨ : નાકના રોગ

**શાથી થાય ?** વાત, પિત્ત અને કફ આખા શરીરમાં સર્વ જગ્યાએ છે, તે પ્રમાણે એ લોહીમાં પણ હોય છે. ન્યારે માણસ આહાર કે વિહારનું કુપથ્ય કરે અને તેથી કફનું પ્રમાણ વધી પડે છે, ત્યારે એ કફ લોહીમાં પણ ફરતો થઈ જાય છે. લોહીમાં જેટલા પ્રમાણમાં કફ હોય તેટલા પ્રમાણમાં લોહી ઘોળું, ઘાટું અને ચીકણું બને છે. આવું લોહી ન્યારે ફરતુંફરતું નાકમાં આવે, ત્યારે બહારનો પવન નાક દ્વારા એને સતત અડકતો હોવાથી એ લોહી જળાંમાં થીજી જાય છે અને ત્યાં ભરાવો થઈ સોજે આવે છે. સોજને લીધે આસોચ્છાસની ક્રિયામાં રોકાણ થાય છે, તેથી રૂંધામણ થાય છે.

વધેલા દોષને લીધે જ્યાં સોળે હોય ત્યાં દાહ (અળતરા) થાય છે, તેથી રૂંધામણ દૂર થાય છે.

**સજેખમની અનર્થપરંપરા :** હવે જો આ અગ્નિને માણસ કંદકારક આહારવિહાર બંધ કરી અને મળશુદ્ધિ કરીને મદદ કરે તો સજેખમ દૂર થાય; પણ એમ ન કરતાં જો પોતાનો રોગ કરનાર આહારવિહાર ચાલુ રાખે, તો કંદ વધ્યે જાય છે, સોળે વધ્યે જાય છે અને છેવટે એ કંદ ત્યાં ને ત્યાં ભરાઈ રહેવાથી અંદરના ભાગને બગાડી મસો કરે છે, ચાંદુ પાડે છે અને છોડ બિખડે છે.

આ મસો ક્ષાર લગાડવાથી કે ડામ દર્ધ બાળવાથી તથા શસ્ત્રક્રિયાથી દૂર કરવો. નાકનો સોળે પાકે અને એમાંથી પરુ નીકળે એનું નામ લીંટ છે. લીંટ નીકળે જાય અને નવો કંદ લોહીમાં આવે તો જાય તો સજેખમ જૂનું થઈ જાય તો એમાંથી અનેક બચંકર રોગ થાય છે. જો સજેખમ વધે તો કંદ તાળવામાં જાય અને તાળવું બગડે. ત્યાંથી કંદ નીચે ગિતરે તો જીભના મૂળ ઉપર લટકતો કાકડો બગડે અને બાળુના કાકડાને પણ બગાડી કુલાવે. ત્યાંથી પણ કંદ નીચે ગિતરે તો તેથી કંઠનળી, ફેફસાં અને અન્ય અંગિઓને તે બગાડે છે. કંદ કંઠનળી બગાડી ઉધરસ કરે છે. જો ગળાનો ભાગ વધારે બગડે તો ઇન્ફલ્યુએન્ઝા અને ફેફસાં વધારે બગડે તો ન્યુમોનિયા થાય છે. વળી તેથી પણ અધિક કંદ થાય તો તે આંખ, કાન વગેરેના પણ રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. આમ એક સજેખમ મટાડતાં ન આવડવાથી અનેક બચંકર રોગોનો ભોગ દરદી થઈ પડે છે.

કાકડા પણ મસાની માફક ક્ષારથી બાળવાથી, ડામથી બાળવાથી કે શસ્ત્રથી કાપવાથી એનો ઝટ પાર આવે છે. હીમજ, અન્ય ઔષધો તથા પથ્ય આહારવિહારથી કાકડા પણ મસાની માફક ધણે લાંબે વખતે મટી શકે છે.

થતા નવા સજેખમને સંસ્કૃતમાં પ્રતિસ્થાય કહેવામાં આવે છે. જૂનું સજેખમ પીનસ કે અપીનસ કહેવાય છે.

સજેખમ બહુ જૂનું થતું જાય છે, ત્યારે નાકનું લીંટ ફર્મિંધ મારે છે તે પૂતિનસ્ય કહેવાય છે. આ લીંટની ફર્મિંધ ધીમેધીમે એટલી બધી વધી જાય છે કે પોતાના લીંટની ફર્મિંધ પોતાને પણ આવે છે.

**ઉપાય :** ખોરાક : સજેખમમાં શરૂઆતમાં પાંચ ઉપવાસ કરાવવા. નાકના કોઈ પણ રોગમાં ઉપવાસથી લાંબ થાય છે. ઉપવાસ છૂટ્યા પછી તાવના પ્રકરણમાં જણાવેલા ક્રમથી ખોરાક આપવા માંડવો. દૂધ, દહીં, છાશ, માખણ, ઘી, ગળપણ, લોટ અને પચવામાં ભારે ખોરાક બંધ કરવો. રક્ષ (લૂખો) ખોરાક આપવો.

રોજ હીમજ તોલો એક આપવી. દરેક ટંકે પાંચ તોલા આદુનો રસ દિવસમાં બેવાર પાવો. અથવા અરડૂસીનાં પાંદડાંનો રસ પાવો. રોગના બળ પ્રમાણે સવારસાંજ વીસવીસથી પચાસપચાસ પાંદડાં સુધીનો રસ પાવો અથવા નીચે જણાવેલી ઓષધિ ગુટિકા સવારસાંજ ૦૧ તોલો દરેક વખતે ગળવી. ઉકાળાને અડધોઅડધ બળેલું પણ બહુ ઠારેલું નહિ એવું કોકરવરણું (સશેકું) પાણી તરસ પ્રમાણે પાવું.

**ઓષધિ ગુટિકા :** સૂંઠ, કાળાં મરી, પીપર, ચિત્રા, તાલીસપત્ર, આમલીનાં ફળ, અમ્લવેતસ, ચવક અને જીરું; એ નવ ઓસડ સરખે ભાગે લેવાં. એલચી, તજ અને તમાલપત્ર એ ત્રણ ચોથે ભાગે લેવાં. એ સર્વનું વઘાગળ ચૂર્ણ કરી જૂના ગોળમાં મેળવી ગોળીઓ વાળવી.

## ૬૩ : આંખના રોગ

**સંખ્યા :** જુદાજુદા આચાર્યો આંખના રોગોની સંખ્યા ૭૦થી ૬૬ની વચ્ચેમાં જુદીજુદી ગણાવે છે. જે આચાર્ય ઓછા રોગ ગણાવે છે, તે બીજાએ ગણાવેલા વધારે રોગનો સમાવેશ પોતે ગણાવેલા કોઈને કોઈ રોગમાં થઈ જાય છે એમ સમજાવી શકે છે.

**વિભાગ :** આંખના જુદાજુદા વિભાગોની દૃષ્ટિએ આંખના

રોગોના પશુ જુદાજુદા વિભાગ પાડવામાં આવે છે: આંખની પાંપણના વાળના, પોપચાંના, ઘોળા ડોળાના, કાળા ડોળાના, આંખના ખૂણાના, આંખની અંદરના ભાગમાંના ચાર પટલ( પડદા )ના, કાળા અને ઘોળા ડોળાની સંધિના, પાંપણ અને ઘોળા ડોળાની સંધિના તથા એ પાંપણની સંધિના.

શાથી થાય? આંખના બધા રોગ આંખ કુખવા આવી હોય તેને યોગ્ય ઉપચારથી મટાડતાં ન આવડે, તેને લીધે થઈ શકે છે.

**પાંપણના વાળના રોગ :** પાંપણના વાળના ચાર રોગ છે : કેટલીકવાર ભમ્બરના સ્નાયુઓ ઢીલા પડવાથી આંખની પાંપણો લાંબી થઈ જાય છે અને પાંપણોના વાળ અંદર વળીને પલળે છે. કેટલીકવાર પાંપણના વાળ ભૂંગળાની માફક વળી પોપચાની અંદર જાય છે અને આંખને નુકસાન કરે છે. કેટલીકવાર પોપચાં વાળ સાથે ભૂંગળાની માફક વળી ઉપરની બાજુએ બહાર વળી જાય છે. કેટલીકવાર પાંપણના વાળના મૂળમાંથી એક જાતનો ચીકણો રસ વહે છે, એનાથી વાળ ખરી જાય છે. વળી પાંપણની નીચલી કેરે નવા વાળ જીગે છે અને તેના છેડા ડોળા તરફ હોવાથી ડોળાને નુકસાન પહોંચે છે. આને **પરવાળાં** વધ્યાં એમ કહેવામાં આવે છે. ( Trichiasis ). આ બધા રોગોમાં શસ્ત્રક્રિયા કરવી પડે છે.

**પોપચાંના રોગ, ખીલ, ઉપાય :** પોપચાંમાં અઢાર રોગ થાય છે. પોપચાંમાં અંદરની બાજુએ સૌથી ઉપર શ્લેષ્માવરણ એટલે કંકનું પડ હોય છે. તેની પાછળ માંસ વગેરે હોય છે. પોપચાંમાં જુદાજુદા રંગની ફેસ્ટીઓ થાય છે. એ ફેસ્ટીઓના રંગ ઉપરથી રોગોનાં જુદાંજુદાં નામ આપવામાં આવે છે. જ્યારે આ ફેસ્ટીઓ નવી હોય છે ત્યારે લાંબાં કરાવવી અને પાટિયા ટંકણખારના પાણીનાં ટીપાં પાડનાં. આ રીતે એ ફેસ્ટીઓમાંથી પાણી કાઢી નાખી શકાય છે. પણ જ્યારે એ ફેસ્ટીઓ જૂની

થાય છે ત્યારે એને ખીલ (Granulations) કહેવામાં આવે છે. આ ખીલ મટાડવા માટે ખીલ ઘસવાની ક્રિયા એટલે લેખનક્રિયા કરવી પડે છે.

વળી પોપચાંમાં ગૂમડાં તથા અર્થુદ પણ થાય છે, પણ એ અર્થુદ બીજાં અર્થુદની માફક અસાધ્ય નથી. પાંપણનાં ગૂમડાં શેક કરી પકવવાં અને પાક્યા પછી ચેકા મૂકી ગૂમડાંમાંથી પરુ અને અર્થુદમાંથી લોહી કાઢી નાખવું; અર્થુદમાં શેક કરવો નહિ.

ઘોળા તથા કાળા ડોળાના રોગ : ઘોળા ડોળાના અગિયાર રોગ છે અને કાળા ડોળાના ચાર રોગ છે. ઘોળા ડોળામાં ઉપરના શ્લેષ્માવરણમાં વાટો પડી જાય તે એ પડ વધે છે તેને વેલ કહેવામાં આવે છે; સંસ્કૃતમાં એ અર્મ કહેવાય છે અને અંગ્રેજીમાં એ ટેરિગિયમ (Pterygium) કહેવાય છે. એ વાટો કાપી નાખવો અથવા વધારાના ભાગને શીવી લઈ પોપણ ન મળવા દઈ સૂકવી નાખવો. કાળો ડોળો બહારથી કાળો દેખાય છે એવો નથી. ઉપર તો બધે પારદર્શક કાચ જેવો ઘોળો જ છે, પણ ઘોળા પડની પાછળ કાળો ભાગ છે તે બહારથી કાળો દેખાય છે. કાળો ડોળો પણ કેટલીકવાર બહાર નીકળી આવે છે, તેને માટે પણ શસ્ત્રક્રિયા છે.

મોતિયો : વળી મોતિયા (Cataract) માટે પણ શસ્ત્રક્રિયા છે, પણ આયુર્વેદની શસ્ત્રક્રિયા અને પશ્ચિમની શસ્ત્રક્રિયામાં ફેર છે. આપણે આયુર્વેદની પદ્ધતિએ મોતિયાને નીચેના ખારા પાણીના ખાના—(Posterior chamber)માં નીચે ધકેલી દઈએ છીએ, તેથી આંખની કીકીનું કાણું પહોળું થઈ જતું નથી; એટલે મોતિયો ઉતારીને આંખ મટ્યા પછી આંખ તેજ સહન કરી શકે છે. પણ અંગ્રેજી શસ્ત્રક્રિયામાં મોતિયો બહાર કાઢવા માટે કીકીનું કાણું મોટું કરવું પડે છે અને મોતિયો નીકળ્યા પછી પણ મોટા થયેલા કાણામાંથી આંખમાં એકસાથે તેજનો પ્રવાહ પેસી જવાથી આંખ પૂરી ઉધાડી શકાતી નથી.

**કામર :** કામરમાં અંગ્રીજ વૈદકે શક્તિયા લખી છે, પણ આયુર્વેદ એને અસાધ્ય કહે છે.

**આંખ દુખવાના ઉપાય :** કુપથ્યને લીધે આંખ દુખવા આવે તે અભિમંથ કહેવાય છે. એ આખી આંખનો રોગ છે. આંખ દુખવા આવે ત્યારે પાંચ ઉપવાસ કરવાથી ઘણો ફાયદો થાય છે. આંખ દુખવા આવે તે માટે ત્રણ જાતની દવા તૈયાર કરવી.

પાણી શેર ૦૧ માં એક ચોખ્ખાભાર મોરચૂથુ નાખી એક શીશીમાં ભરી મૂકવું. બીજી શીશીમાં પાણી શેર ૦૩માં એઆનીભાર કુલાવેલી ફટકડી નાખી ભરી મૂકવી. ત્રીજી શીશીમાં પાણી શેર ૦૩માં પાટિયો ટંકણુખાર (Boric powder) તોલો ૦૧ નાખી ભરી મૂકવો. જે આંખ સાધારણ દુખવા આવી હોય, તો પાટિયા ટંકણુખારવાળાં ટીપાં અવારનવાર આંખમાં નાખવાં. જે આંખમાં દુઃખ વધારે થતું હોય તો ફટકડીના પાણીનાં ટીપાં નાખવાં અને જે આંખ દુખવા આવે, લાંબા દિવસ થાય અને ન મટે તો મોરચૂથુના પાણીનાં ટીપાં નાખવાં.

વળી ચિમેડને પાણીમાં પલાળી રાખી એનાં ફેતરાં ઉખેડી અંદરના મીજને ખૂબ ઝીણું વાટી, એમાંથી ફક્ત એક નખ ઉપર પથરાય એટલું ચૂર્ણ લઈ, એમાં થોડું મીઠું ભેળવી આંખમાં ભભરાવવામાં આવે, તો દુખતી આંખમાં અજબ ફાયદો થાય છે. ચિમેડને સંસ્કૃતમાં વનકુલ્લય કહેવામાં આવે છે. પણ ઉપવાસ કરાવીને પછી આ ઉપાય કરવાથી ઘણો જ ફાયદો થાય છે. આંખને ઉપવાસથી નિરામ કયાં વિના કરેલો ઉપાય સાધારણ ફાયદો કરે છે.

**અધિમંથ, ઉપાય :** આંખ આવી હોય ત્યારે કુપથ્ય કરવાથી સાથેસાથે માથું દુખી સણુકા મારે છે. તેને અધિમંથ રોગ કહેવામાં આવે છે. તેનો સાચો ઇલાજ ન થાય તો ત્રણચાર દિવસમાં આંખને ભયંકર નુકસાન થાય છે. અધિમંથમાં હીમજ તોલો ૧ આપવી અને ઉપવાસ જ કરાવવા.

ખીલ, ચાંદુ, ફૂલ, તેના ઉપાય : આંખમાં ખીલ થાય, કાળા ડોળા ઉપર ચાંદુ પડે કે ચાંદુ રઝાઈને ગૂંથ પડી ફૂલ પડે; ત્યારે ચાંદાને ઉપવાસથી કે લૂખા, હલકા અને થોડા ખોરાકથી તથા ચાંદા ઉપર લીનું ટીપું મૂકીને રૂઝવડું પડે, પણ ખીલ અને ફૂલા વગેરે માટે કાપવાના અને ઘસવાના જ ઇલાજ છે. વળી નીચેની ત્રણ દવાઓ પણ લાંબે વખતે એમાં ચમત્કારિક લાભ કરે છે : (૧) નયનાંજન, (૨) રોપણુ રસક્રિયા (ઉર્ફે રક્તાંજન) અને (૩) ચંદ્રોદયા વર્તી.

નયનાંજન ઉર્ફે નયનામૃત-અંજન : એક તોલો શુદ્ધ સીસું (Lead) લઈ એને ટીપી પાતળું પતરું બનાવી એના ઝીણા કંકડા કરવા. તેમાં એક તોલો પારો નાખવો. બન્ને સાથે (બેમાં) લસોટવાં. જ્યારે ભરમ જેવું બની જાય ત્યારે તેમાં બે તોલા બજારુ સુરમો નાખી બધું ભેગું ખૂબ લસોટવું. પછી એમાં બીમસેની બરાસ ઉપરના કુલ વજનનો એટલે ચાર તોલાના દસમા ભાગ જેટલો ફે તોલા નાખવો. એ બધું ભેગું ખૂબ લસોટવું. જ્યારે બધું ખૂબ બારીક લસોટાઈ જાય ત્યારે કાચની શીશીમાં ભરવું. આ નયનાંજન સીસાની સળીથી આંખમાં આંજવું. સળીના જે છેડાથી એક આંખમાં આંજ્યું હોય તે જ છેડાથી બીજી આંખમાં આંજવું નહિ. બીજી આંખમાં બીજા છેડાથી આંજવું.

રોપણુરસક્રિયા (રક્તાંજન) : શુદ્ધ કરેલું મોરચુ, મુવર્ણુમાક્ષિક, સિંધાલુ, સાકર, ચંખની નાભ, મણુશીલ, સોનાગરુ, સમુદ્રીણ અને મરીનું અતિ બારીક ચૂર્ણ કરી મધમાં કાલવીને આંજવું.

ચંદ્રોદયાવર્તી : ચંખની વચ્ચેનો નક્કર ભાગ, બહેડાંની મીજ, હરડે કે હરડેની મીજ, શુદ્ધ મણુશીલ, પીપર, મરી, ઉપલેટ અને વજ; એ બધાં સરખે ભાગે લઈ એમનું ચૂર્ણ કરી બકરીના દૂધમાં સારી પેઠે ઘૂંટી શોગટીઓ કરી તે તાંબાના વાસણ ઉપર એકબે રાઈના દાણા જેટલું પાણી સાથે ઘસી, એ ચંદન જેવું આંખમાં આંજવું.

નાસૂર, તેના ઉપાય : વળી નાસૂર નામનો રોગ થાય છે. તેમાં સળીઓ ખોસી (Probing કરીને) પાણીનો માર્ગ સાફ કરવામાં આવે છે કે કામ દેવામાં આવે છે; અથવા આંખ અને નાક વચ્ચેની પાણીની નળી કે જેમાં કચરો ભરાય છે તે કાપી નાખવામાં આવે છે. અમે તેમ કરવા છતાં નાસૂર યાપ્ય છે. એટલે ઉપચાર કરે ત્યાંસુધી જ રાહત રહે એવો છે. Probing કરાવ્યાથી કંઈક રાહત રહે છે અને નુકસાન ઓછું થાય છે. આંખ તથા નાક વચ્ચેની નળી કપાવવાથી નસકોરામાં પાણી જવાનો રસ્તો બંધ થાય છે, તેથી લાંબેગાળે નાક સુકાય છે, ખણજ આવે છે, લોહી નીકળે છે અને સડો થવાથી નાક જવાનો પ્રસંગ ઊભો થવાનો સંભવ છે.

**આંખના બધા રોગો માટે સામાન્ય ઉપાય તથા ખોરાક :**  
આંખના બધા રોગોમાં ઉપવાસ કરાવવા જોઈએ. રોજ હીમજ તોલો ૧ આપવી. ઉકાળીને અડધું બાળેલું પણ બહુ દારેલું નહિ એવું પાણી આપવું. આંખે શેક કરવો, પાટા રાખવા, અજવાળું બંધ કરવું અને રક્ષ તથા હલકો ખોરાક આપવો.

આયુર્વેદ પ્રમાણે આંખના રોગના મુખ્ય વિભાગ ત્રીયે પ્રમાણે છે : (૧) વર્ત્મ રોગ એટલે પોપચાં-પાંપણના રોગ, (૨) સંધિ રોગ એટલે પોપચું અને ઘોળા ડોળાના સાંધાના રોગ, આંખના ખૂણાના સાંધાના રોગ, (૩) ઘોળા ડોળાના રોગ, (૪) કાળા ડોળાના રોગ, (૫) દૃષ્ટિના રોગ (૬) અને આખી આંખના રોગ.

**વર્ત્મરોગ-પોપચાં( પાંપણ )ના રોગ :** (૧) જ્વર વગેરે બધા રોગોના કારણરૂપે જણાવેલા અને ખાસ કરીને આંખોને નુકસાન કરે એવા આહારવહારના કુપચ્ચને લીધે વાત, પિત્ત અને કફનો પ્રકોપ થાય છે. એ બગડેલા દોષો પિત્તને વહેનારી સિરાઓ દ્વારા આંખના અવયવમાં જઈને પોપચાં, સંધિ, ઘોળા ડોળા, કાળા ડોળા, દૃષ્ટિ કે આખી આંખના રોગો ઉત્પન્ન કરે છે.



(૨) વાયુ પોપચાંની શિરાઓમાં જઈને કૃચ્છ્રાન્મીલ રોગ કરે છે. આ રોગમાં ઊઘીને ઊઠેલા માણસનાં પોપચાં સજ્જડ થઈ જાય છે. એમાં પીડા થાય છે. આંખોમાં ધૂળ ભરી હોય એમ ખૂંચે છે. બહુ મહેનતે પોપચું ઊધરે છે. આંસુ નીકળે છે. પોપચાં ચોળવાથી શાંતિ થાય છે.

(૩) એ વાયુ પાંપણોને હલાવી વારંવાર ઉઘાડવાસ કરે છે, તે નિમિષ રોગ કહેવાય છે. આ રોગમાં પીડા થતી નથી.

(૪) ન્યારે પોપચાંના સાંધા ઢીલા પડી જાય, પોપચું હલનચલન કરી શકે નહિ, અને પોપચું બંધ જ રહે, ત્યારે એને વાતહત (Ptosis) રોગ કહેવાય છે.

(૫) ન્યારે પિત્તને લીધે પોપચાંની અંદરની બાજુએ કમળનાં બીજ જેવી ઘણી કાળા ફેલ્લીઓ ઊપસી આવે અને વળી ફૂટી જાય, ત્યારે એ ફેલ્લી કુંભી કહેવાય છે. (કુંભી=ખીલ.)

(૬) ન્યારે પિત્તને લીધે પોપચાંમાં બળતરા થાય, ચીકાશ આવે, પીડાવાળું પોપચું લોહી જેવા રંગનું થઈ જાય અને અડકવાથી દુઃખ થાય; ત્યારે તે પિત્તોત્કલષ્ટ રોગ કહેવાય છે.

(૭) ન્યારે પિત્ત પાંપણોના છેડામાં રહીને ચળ (બલ્બુજ) અને બળતરા ઉત્પન્ન કરે અને પછી પાંપણોનો નાશ કરે, ત્યારે તેને પદ્મશાત રોગ કહેવામાં આવે છે.

(૮) કદને લીધે પોપચાંમાં ઘોળી સરસવ જેવી કઠણ ફેલ્લીઓ થાય છે. તેમાં સાથે સોજો, ચીકાશ, પીડા અને ચીકણાં આંસુ હોય છે. એને પોથ્રી રોગ કહેવામાં આવે છે.

(૯) ન્યારે પોપચાં સજ્જડ થઈ જાય, એમાંથી પાણી નીકળે અને ચીકણું થઈ જાય, ત્યારે તેને કદ્દોત્કલષ્ટ રોગ કહેવામાં આવે છે.

(૧૦) ન્યારે પોપચાં-પાંપણમાં ફીક્કી, પીડાવિનાની, પાકે નહિ એવી, ચળવાળી, કઠણ બેર જેવડી કે તથા કંઈક નાની ગાંઠ કદને લીધે થાય છે; ત્યારે તેને લગણુ રોગ કહેવામાં આવે છે.

(૧૧) લોહી બગડવાથી રાતો ફેણી થાય છે અને તેની આસપાસ તેના જેવી રાતી ફેણીઓ થાય છે, તેને ઉત્સર્ગ કહેવામાં આવે છે.

(૧૨) આંખનાં પોપચાંમાં રાતી લીટીઓ થાય અને અડકવાથી દુખે તેને ઉત્કિલ્લષ્ટ રોગ કહેવામાં આવે છે.

(૧૩) લોહીના પ્રકોપથી પોપચાંમાં માંસ વધી અંદરની બાજુએ સળગડ, ચીકણો (લીસો), બળતરા અને પીડાવાળો રાતો અર્શ (મસો) થાય છે. તેમાંથી આવ થાય છે. તે અર્શ કહેવાય છે, તેને નેમનેમ કાપીએ તેમતેમ તે વધે છે.

(૧૪) પાંપણની વચમાં કે છેડે લોહી બગડવાથી ચળવાળી, પીડાયુક્ત, સ્થિર, મગ જેવડી તાંબાના રંગની ફેણી થાય તેને અંજનનામિકા (આંજણી) કહેવામાં આવે છે.

(૧૫) ત્રણે દોષના પ્રકોપથી ન્યારે પોપચું બહારથી સૂજી જાય છે, પોપચાંની અંદર ઝીણુંઝીણું છિદ્રો પડી જાય છે, પોપચાંમાંથી આવ થાય છે અને પાણી ભરેલી કમળની નાળ જેવું દેખાવ છે, ત્યારે એ બિસવર્ત્મ રોગ કહેવાય છે.

(૧૬) લોહી તથા ત્રણે દોષના પ્રકોપથી ન્યારે પોપચાંમાં દુઃખ સાથે ઉત્કલેદ થાય અને ઘડીમાં પોપચાં કરમાઈ જાય અને ઘડીમાં તાળું થાય, ત્યારે એ ઉત્કિલ્લષ્ટવર્ત્મ રોગ કહેવાય છે.

(૧૭) ન્યારે લોહી તથા ત્રણે દોષ કોપે, ત્યારે પોપચું કાળું પડી જાય, પીડા થાય, સોજે આવે છે અને પોપચું બીનું રહે છે. તેને શ્યાવવર્ત્મ રોગ કહેવામાં આવે છે.

(૧૮) પોપચાં ચોટી જાય, ચળ આવે, સોજે આવે અને રાતાં રહે, ત્યારે એને ત્રિલ્લષ્ટવર્ત્મ રોગ કહેવામાં આવે છે.

(૧૯) પોપચાંની અંદરની બાજુએ બરછટ લૂખી રેતી જેવી ફેણીઓ થાય તે સિક્તાવર્ત્મ કહેવાય છે.

(૨૦) કઈમવર્ત્મ રોગમાં પોપચું કાળું અને કાઠવ જેવું હોય છે.

(૨૧) એકસરખી સમાન રંગની ઘણી ફાક્ષીઓ પોપચામાં થાય, તે બહુલ રોગ કહેવાય છે.

(૨૨) બાળકને દાંત આવે તે કારણે બાળકની આંખ સૂણ જાય છે અને તાંબા જેવા રંગની થાય છે. બાળક જેઈ શકતું નથી, પોપચામાં સણકા મારે છે, પોપચાં ચીકણાં રહે છે, બાળક કાન, નાક અને આંખ ચોળે છે. આને કુકૂળક રોગ કહેવામાં આવે છે.

(૨૩) પોપચાં સંક્રાંચાર્ધ જાય, બરછટ ચર્ધ જાય, પાંપણના વાળ અંદરની બાજુએ વળી જાય અથવા પાંપણના બીજા નવા વાળ ભીજે, પાંપણો આંખમાં અણીદાર કાંટાની માફક ધસાય તેથી આંખ સૂણ જાય, આંખ બળે, આંખ પવન વગેરે ખમી ન શકે તથા બ્યારે પાંપણોને ઉખેડી નાખવામાં આવે ત્યારે થોડા દિવસ શાંતિ થાય. આ રોગ પક્ષ્મોપરોધ=પરવાળા (Trichinosis) કહેવાય છે.

(૨૪) આંખના ખૂણા પાસે પોપચાંની બહારની બાજુએ કઠણ, જિંચી, તાંબાના રંગની, પાકી, લોહી અને પરુ નીકળે એવી માંદ થાય છે. તે વારંવાર ભિપડી આવે છે. તે અહલજી (નાસૂર) કહેવાય છે.

(૨૫) લોહી તથા ત્રિદોષના પ્રકોપથી પોપચાંની અંદરની બાજુએ માંસના ગોળા જેવા, પીડાવિનાનો, અનિયમિત આકારનો અને ગૂંથાયેલો સોળો હોય છે. તે બહારથી હલાવીચલાવી શકાય છે. તે અર્જુન કહેવાય છે.

(૨૬) પોપચાંને આધારે ચતા આ ચોવીસ રોગ છે.

**ઉપાય :** (૨૭) તેમાંથી પહેલો (કુચ્છોન્મીલ) દવાથી મટે છે. પછીના બે અને અર્શ (નિમિષ, વાતહત, અર્શ) અસાખ્ય છે. પક્ષ્મોપરોધ યાખ્ય છે એટલે ઉપચાર કરે ત્યાંસુધી જ રાહત રહે

એવો છે. બાકીના(ઓગણીસ)ને શસ્ત્રક્રિયાથી મટાડવા.

(૨૮) પદ્મશાત સોયથી છૂંદણું છૂંદીને મટાડવો. અર્ધુદને કાપી નાખી મટાડવું. લગણ, કુંભી (ખીલ), બિસ, ઉત્સંગ, અંજન (આંજણી), અલણ (નાસર) ચીરીને મટાડવાં. પોથકી, સ્યાવવર્ત્ત, સિકતાવર્ત્ત, સ્વિષ્ટવર્ત્ત, ચાર જાતના ઉત્કિલષ્ટવર્ત્ત, કર્દમ, બહલ અને કુકુલુક ખોતરીને મટાડવા.

(૨૯) કૃષ્ણાન્મીલ રોગમાં દ્રાક્ષ વાટીને કરેલા કલ્ક- (લૂગદી)ને પાણીમાં નાખી, એ પાણી જૂના ઘીમાં નાખી પાણીનો ભાગ બળી જાય ત્યાંસુધી ઉકાળી, ઘી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી લેવું. એ ઘીમાં સાકર ભેળવી પાવું. વળી સ્નેહન કરે એવાં નરય, ધૂમ અને અંજન વગેરેનો ઉપયોગ કરવો.

(૩૦) નિમિષ અને વાતહત અસાધ્ય હોવાથી એના ઉપચાર આપ્યા નથી.

(૩૧) કુંભીવર્ત્ત રોગમાં પોપચાને ખોતરવું. પછી ઉપર સિંધવ ઘસવો. પછી જેઠીમધ, આમળું અને પટોલ(પરવળ)ના ક્વાથથી પોપચું ઘોવું.

**લેખનવિધિ :** દરદીને પવનવિનાના સ્થળમાં રાખવો. પછી વમનવિરેચનાદિ પંચકર્મથી એને આપ્તજનોએ શુદ્ધ કરવો. બરાબર શુદ્ધ થયા પછી એને ચત્તો સુવાડવો. સહેવાય એવા ગરમ પાણીમાં કપડું બોળી પોપચાના બહારના ભાગ ઉપર શેક કરવો. પોપચું ઉચ્છ્વાવીને ડાબા હાથના અંગૂઠા અને મોટી આંગળી વચ્ચે વસ્ત્ર રાખી એ અંગૂઠા અને આંગળીવડે પકડવું. આમ અંગૂઠા અને આંગળી વચ્ચે વસ્ત્ર રાખવાથી પકડેલું પોપચું સરકી જશે નહિ, તેમ હાલી પણ નહિ શકે. પછી મંડલાગ્ર નામના શસ્ત્રથી તેને આડું (બિલું નહિ) કાપી ખોતરવું; અથવા સાગ, નગોડ વગેરેનાં પાંદડાંની ધારથી ખોતરવું; અથવા સમુદ્રશીલુથી ખોતરવું. પછી (૩૬ કપડાના) ડૂચાથી લોહી સાફ કરવું. જ્યારે લોહી બંધ થાય ત્યારે

સારી રીતે ખાતરાયેલાં એ પોપચાં ઉપર તે તે દોષનું શમન કરનારાં દ્રવ્ય ગ્રંથમાં બેળવીને તે મધ ધસવું. (કદમાં સિંધાલુણ, પિત્તમાં સાકર, વાયુમાં ઘી શમનદ્રવ્ય છે.) પછી ગરમ પાણીથી પોપચું ઘોવું, ઘી છાંટવું તથા ધસવું, ધસેલા પોપચા ઉપર ઘી અને મધ ભેગાં કરી મૂકવાં. પોપચું બંધ કરી બંધ આંખ ઉપર જવના લોટની લૂગદી મૂકવી. કાનની ઉપર અને નીચે પાટો આવે એવી રીતે પાટો ફાડીને બાંધવો. બીજે દિવસે તે પાટો છોડવો. કદપ્રકોપ હોય તો સિંધાલુણના પાણીથી, પિત્તપ્રકોપ હોય તો સાકરના પાણીથી અને વાયુપ્રકોપ હોય તો ઘીથી પોપચું ઘોવું. પોપચું ઉથલાવીને ગરમ પાણીથી ઘોઈને ઘાયા પછીની ઉપર લખેલી બધી ક્રિયા કરી પાટો બાંધવો. આમ સાત દિવસ કરવું. ચોથે દિવસે નસ્ય વગેરે આપવું.

(૩૨) પોપચું અંદરથી લીસું, નખ જેવા રાતા રંગનું થઈ ગયું હોય, સોજે ન હોય, ચળ ન આવે, અને ખૂંચે નહિ તો જાણવું કે બરાબર લેખન થયું છે. જો બરાબર લેખન ન થયું હોય તો ઉપર જણાવેલી લેખનક્રિયા ફરીથી કરવી.

**અક્ષિશોથ :** દુખતી આંખ મટાડતાં ન આવડવાથી આંખ ઉપર સોજે આવે છે તેને અક્ષિશોથ કહેવામાં આવે છે.

**અક્ષિપાક :** આંખનાં ખીલ ડોળા સાથે ધસાવાથી કે આંખમાં વાગવાદાઝવા વગેરે આગંતુક કારણોથી આંખના ડોળા પર ચાંદાં પડે અને એ ચાંદાં પાકે તેને અક્ષિપાક કહેવામાં આવે છે. અક્ષિપાક સોજવાળો અને સોજવિનાનો એમ બે પ્રકારનો હોય છે.

**અક્ષિશોથ તથા અક્ષિપાકના ઉપાય :** હીમજ તોલો ૧ રોજ પાવી, પથ્થાદિ ક્વાથ રોજ દિવસમાં બેવાર પાવો. હીમજ, રસવંતી, દારૂહળદર, વજ, ઉપલેટ તથા અશીણને ભેગાં ખદખદાવી એનો દઝાય નહિ એવો છતાં શેક થયા કરે એવો ગરમ લેપ બંધ આંખ ઉપર અને આંખની આંગુળાંગુ કરવો. લેપમાં હીમજ વગેરે દ્રવ્યો સમભાગે લેવાં પણ અશીણ એક દ્રવ્યના વજનથી આઠમા

ભાગના વજન જેટલું લેવું. દરેક દ્રવ્ય એકએક તોલો લીધું હોય, તે અશીષુ  $\frac{1}{2}$  તોલો લેવું. આંખ પર શેક કરવો. સાત દિવસ સુધી તદ્દન ઉપવાસ કરાવવા. ઉપવાસમાં પણ હીમજ આપવી. પાણી તાવમાં લખ્યા પ્રમાણેનું પાવું.

અક્ષિસૌથ અને અક્ષિપાક થવા છતાં યોગ્ય ઉપચાર ન થાય તો આંખ આંધળી થાય એવો હતાધિમન્થ નામનો રોગ થાય છે, તે અસાધ્ય છે.

વાતપર્યય : ઉપાય : વાયુ ફરતોફરતો કોઈવાર ભમ્મરમાં આવે છે, કોઈવાર આંખમાં આવે છે અને ત્યાં તે અનેક પ્રકારની સખત પીડા કરે છે. એને વાતપર્યય રોગ કહેવામાં આવે છે. વાતપર્યયના ઉપાય અક્ષિસૌથ અને અક્ષિપાકના ઉપાય પ્રમાણે જ કરવાના છે.

શુષ્કાક્ષિપાક : ઉપાય : ન્યારે આંખ સંકોચાયેલી રહે, પોપઆં લૂખાં અને દારુણ પીડાવાળાં, કઠણુ ને બારે રહે, આંખમાં બળતરા થાય, આંખવડે બધું મેલુંમેલું દેખાય અને આંખ ઉઘાડતાં બહુ પીડા થાય, ત્યારે શુષ્કાક્ષિપાક રોગ થયો છે એમ જાણવું. શુષ્કાક્ષિપાકમાં શરૂઆતમાં રોગના બળ પ્રમાણે ઉપવાસ કરાવવા. પચ્ચાદિ ક્વાથ દિવસમાં બેવાર પાવો. રોજ હામજ તોલો ૧ આપવી. ઉપવાસ છૂટ્યા પછી તાવમાં લખ્યા પ્રમાણે ખોરાકનો ક્રમ રાખવો.

ફૂલું (શુક) : રોજ હીમજ તોલો ૧ લેવી. ચંદ્રોદ્યાવર્તિ રોજ દિવસમાં બેવાર આંજવી. આંજ્યા પછી આંખમાંથી પાણી નીકળી જવા દેવું.

તિમિર : ( આંખે ઝાંખ પડવાના રોગ ) ચંદ્રોદ્યાવર્તિ દિવસમાં બેવાર રોજ આંજવી. નીચે જણાવેલું ત્રિક્ષણાશ્રુત દિવસમાં બેવાર દરેક વખતે બે તોલા ચાટવું.

ત્રિક્ષણાશ્રુત : ત્રિક્ષણાનો રસ તોલા ૬૪ અને આમળાંનો રસ તોલા ૬૪ એ બન્ને રસ ભેગા કરવા. પછી પીપર, સાકર, કાળી દ્રાક્ષ, ત્રિક્ષણા, લીલું કમળ, જેઠીમધ, ખીરકાકોલી, દૂધ અને ભોરિંઝડી એ દરેક

એકએક તોલો લઈ એને જરૂર પૂરતા પાણી સાથે ખારીક લસોટી કદક (લૂઝદી) કરવો. એ લૂઝદી ત્રિકુળા તથા આમળાના રસમાં નાખવી. એમાં ગાયનું ઘી તોલો ૬૪ નાખવું. બધું ભેળું કરી ધીમે તાપે ઉકાળવું. ઊકળતાંઊકળતાં એકધું ઘી બાકી રહે પછી બીજા રસ બધા જાય, ત્યારે ઉતારી લેવું અને તે ગાળી લઈ ઘી રીઠા વાસણમાં ભરી રાખવું. આને ત્રિકુળાદૂત કહેવામાં આવે છે.

મોતિયો (લિંગનાશ) સાખ્ય હોય ત્યારે પણ શસ્ત્રક્રિયા કરવી પડે છે. વેલ (અર્ધ, ટેરિઝિયમ)માં શસ્ત્રક્રિયાની જરૂર પડે છે.

અર્બુન : આંખમાં ઝોકા વાગવાથી ઘોળા ડોળામાં રાતો ડાઘ પડી જાય તેને અર્બુન કહેવામાં આવે છે. અર્બુનમાં હીમજ વોલો ૧ રોજ આપવી આંખે શૈક કરવો.

## ૬૪ : માથાના રોગ

શાથી થાય ? (૧) માથું કફ, પિત્ત, વાયુ, ત્રણે દોષ અને લોહીના પ્રકોપથી, તેમજ ક્ષય અને કરમિયાને લીધે દુખે છે.

આધાશીશી : (૨) વળી માથાનું એક પડખું દુઃખે તેને અર્ધવબેદક એટલે આધાશીશી કહેવામાં આવે છે. (Hemiplegia આધાશીશી).

સૂર્યાવર્ત : (૩) સૂર્ય જેમજેમ તપતો જાય તેમતેમ આપું માથું વધારે ને વધારે દુખે અને સૂર્ય નમતો જાય તેમતેમ માથું ઊતરતું જાય તેને સૂર્યાવર્ત રોગ કહેવામાં આવે છે.

શંખક : (૪) મુખ્યત્વે લમણામાં સણુકા મારે અને સાથેસાથે આમાં પણ દુખે તેને શંખક રોગ કહેવામાં આવે છે. આ શંખક રોગ ત્રણેક દિવસમાં દરદીને મારી નાખે છે.

અનંતવાયુ : (૫) વળી અનંતવાયુ નામનો માથાનો રોગ અસાધ્ય છે. આ અનંતવાયુના રોગમાં માથું દુખે છે તેની સાથે

આંખો પણ બંધ થઈ જાય છે. આ એક પ્રકારનો ઝામર છે અને સુખ્યત્વે તે આંખનો રોગ છે.

**લક્ષણ, ઉપાય, ખોરાક :** (૬) કદના માથાના દુખાવામાં સળેખમ હોય છે. માથામાં જડતા રહે છે તથા દિવસે અને રાતે પ્રથમ ભાગમાં દુખાવો વધે છે. એમાં મરી તથા સિંધવના વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણનું બે આનીભાર નસ્ય ફૂંકવું. હીમજ તોલો ૧ આપવી. લૂખો, હલકો, અને થોડો ખોરાક આપવો. ઘી, દૂધ, દહીં, માખણ, ગળપણ અને લોટ બંધ કરવાં.

(૭) પિત્તના માથાના દુખાવામાં માથું ગરમ લાગે છે, માથામાં દાહ થાય છે, દિવસના અને રાતના મધ્ય ભાગમાં દુખાવો વધે છે. હીમજ આપવી. ઘી, દૂધ અને સાકરવાળો ખોરાક આપવો, સુખડનો લેપ કરવો.

(૮) વાયુનું માથું દુખતું હોય તો સણુકા મારે છે. સાંજે અને રાતના પાછલા ભાગમાં દુખાવો વધે છે. હીમજ આપવી. સાધારણ દૂધ, ઘી અને તેલવાળો સ્નિગ્ધ ખોરાક આપવો. તેલ ચોળવું, હિપલેટ, વછનાગ અને સૂંકનો લેપ કરવો.

(૯) ત્રિદોષના દુખાવામાં ત્રણે દોષનાં ચિહ્નો બેમાં જણાય છે. એમાં પથ્યાદિ ક્વાથ પાવો અને લેપ કરવો. હલકો અને લૂખો ખોરાક આપવો.

(૧૦) રક્તથી થતા દુખાવામાં માથાની શિરાઓ અને રંગો ફૂલીને તરી આવે છે. બીજાં લક્ષણ પિત્તના દુખાવા જેવાં હોય છે આમાં હીમજ આપવી, ફસ ખોલવી, બીજું બધું પિત્ત પ્રમાણે કરવું.

(૧૧) કરમિયાથી થતા દુખાવામાં માથામાં કંઈ કરડતું હોય એવું દરદીને લાગે છે. થોડે વખતે નાકમાંથી લોહી પણ નીકળે છે. એમાં મરી, સિંધવ અને વછનાગવાળું નસ્ય બે આનીભાર ફૂંકવું. પથ્યાદિ ક્વાથ દિવસમાં બેવાર પાવો. લેપ કરવો. હીમજ આપવી. ખોરાક લૂખો આપવો.



(૧૨) આધાશીશી અને સૂર્યવર્ત ઘી, દૂધ અને સાકરના ખોરાક વિના કદી મટે નહિ. એમાં ઘીમાં તળેલી ગરમાગરમ જલેખી ખવડાવવી. હીમજ આપવી. નસ્ય કૂંકવું અને સુખડનો લેપ કરવો.

બધા માથાના દુખાવાના સામાન્ય ઉપાય : (૧૩) દરેક પ્રકારના માથાના રોગમાં આહારવિહારમાં ફરક પડે છે, પણ ખીજ ઉપચાર સામાન્ય થઈ શકે છે; તે નીચે પ્રમાણે છે: હીમજ આપવી, લેપ કરવો, નસ્ય કૂંકવું, અને પથ્યાદિ ક્વાથ પાવો.

માથાના દુખાવાનો લેપ : ઉપલેટ, એરડાનું મૂળ અને મૂંઠ, એ ત્રણને ઘાટી છાશમાં વાટી જરા ગરમ કરી તેનો કપાળે લેપ કરવો.

પથ્યાદિ ક્વાથ : હીમજ, અહેડાં, આમળાં, ગળો, લીમડાની અંતરછાલ, હળદર અને કરિયાતું; એ સાત વસ્તુઓનો ક્વાથ કરી પછી અડધો તોલો ગોળ ચોળી પાવો.

## ૬૫ : શ્રીરોગ .

( અસગૂદર=અદર=લોહીવા )

લોહીવા શાર્થી થાય છે ? (૧) પિત્ત ક્રોધે એવા આહાર-વિહારથી શરીરમાં પિત્તનો વધારો થાય છે, તેથી કાળજી (Liver) એ પિત્ત બધું લઈ શકતું નથી. તેથી વધારાનું પિત્ત લોહી સાથે શરીરમાં ફરતું રહે છે.

(૨) ન્યારે આ લોહીમાંના પિત્તનું પ્રમાણ પણ વધી જાય છે ત્યારે પિત્તની ગરમીને લીધે લોહી પાતળું પડી જાય છે તેથી લોહીની અતિ વધે છે. તેથી ધમનીઓમાં શિરાઓમાં તથા જળામાં ગળ ઉપરાંત લોહીનો ભરાવો થઈ જવાથી એ ફાટે છે. એમાંથી પિત્તવાળું લોહી જુદાજુદા માર્ગે નીકળે છે. આને રક્તપિત્ત કહેવામાં આવે છે.

(૩) ખરું જોતાં નસકોરી ફૂટે, હરસમાં લોહી પડે, મોંમાંથી લોહીની ઝલટી થાય, આડામાં લોહી પડે, શરીરનાં રૂંવાડાં-માંથી લોહી નીકળે કે યોનિમાંથી લોહી આવે, તે બધા રક્ત-પિત્તના જ પ્રકાર છે.

(૪) પણ સ્થાનભેદને લીધે આ રક્તપિત્તનાં જીદાંજીદાં નામ આપવામાં આવે છે. ન્યારે યોનિમાંથી લોહીવાળું પિત્ત નીકળે ત્યારે તે અસૂગદર, પ્રદર કે લોહીવા કહેવાય છે.

**લોહીવા થયો ક્યારે કહેવાય?** (૫) સ્ત્રીને માસિક અટકાવ ત્રણચાર દિવસ આવવો જોઈએ. એ ત્રણચાર દિવસમાં મળી કુલ શેર ૦૧ થી વધારે લોહી નીકળવું ન જોઈએ; છતાં ન્યારે ત્રણચારથી વધારે દિવસ સુધી સ્ત્રીને અટકાવ આવ્યા કરે અથવા ત્રણચાર જ દિવસમાં પણ શેર ૦૧ થી ઘણું વધારે લોહી વહી જાય, ત્યારે એને પ્રદર રોગ કહેવામાં આવે છે.

**લોહીવામાં શું વહી જાય છે?** (૬) પ્રદરમાં કેટલીકવાર લાલ લોહીને બદલે ધોળું પાણી પણ વહી કરે છે. ન્યારે લોહીમાં પિત્તની સાથે કદ પણુ બળેલો હોય ત્યારે પિત્તની ખરબી કદને પણ ઓગાળી નાખે છે અને નીકળતો પ્રવાહ રંગે ધોળો તથા ચીકણો લાગે છે.

(૭) વળી ન્યારે કંઈ પણ કારણસર યોનિમાં પરુ થાય છે, ત્યારે કોઈકવાર પ્રદરમાં પરુ પણ આવે છે.

(૮) પ્રદરમાં એકલું શુદ્ધ લોહી આવી શકે નહિ. આયુર્વેદના મતે તો માણસના શરીરમાં ધાતુઓનું માપ કેટલું હોઈ શકે તે નક્કી થઈ શકે નહિ; કારણકે રોગરોગ બોગવાતી છ ઋતુઓ, વર્ષમાં બોગવાતી છ ઋતુઓ, આહારવિહારની ચાલુ અસ્થિરતા વગેરે કારણોને લીધે ધાતુઓમાં વધઘટ થયા જ કરે છે. તેથી ધાતુઓનું કાયમનું માપ નક્કી થઈ શકે નહિ.

(૯) હવે જો દિવસોના દિવસો સુધી અને મહિનાઓના

મહિનાઓ સુધી સ્ત્રીની યોનિમાંથી શુદ્ધ લોહી વળા જ.કરતું હોય, તો આ પ્રદરવાળી સ્ત્રી થોડા વખતમાં મરી જવી જોઈએ; કારણ કે નસ્તર મૂકવામાં કે ફક્ત ખોલવામાં પણ ૫૪ તોલાથી વધારે લોહી વહી જવા દેવાની મનાઈ છે, પણ સ્ત્રી પ્રદરથી એમ ઝટ મરતી નથી પણ માત્ર ફિક્કી પડતી જાય છે. એ દેખાડે છે કે પ્રદરમાં નીકળતી વસ્તુ શુદ્ધ લોહી નથી.

લોહીવામાં હીમજ કેમ ન અપાય? (૧૦) પ્રદરમાં લોહી વહેવાનો માર્ગ સંકોચવાથી પિત્તવાળું લોહી નીકળતું બંધ કરી શકાય છે. હીમજ તૂરી હોઈ સંકોચ કરી શકે છે, છતાં પ્રદરમાં હીમજ અપાતી નથી; કારણકે હીમજથી વાયુ અનુલોમ થાય અને આવ વધારે થાય.

લોહીવાના ઉપાય : (૧૧) અરડૂસીનાં પચાસ પચાસ પાંદડાંનો રસ દિવસમાં બેવાર આપવાથી પ્રદર મટી જાય છે.

(૧૨) દિવસમાં બેવાર નીચે જણાવેલો દાવ્યાદિ ક્વાથ પાવાથી પણ પ્રદર મટી જાય છે.

દાવ્યાદિ ક્વાથ : દાડહળદર, રસવંતી, કરિયાતું, અરડૂસી, મેથ, ખીલું, રતાંજલિ અને આકડાનાં ફૂલ, એ આઠ ઓસડનો ક્વાથ કરી ક્વાથ ઠંડો પચા પછી એમાં મધ નાખી પાવે.

(૧૩) દિવસમાં બેવાર દરેક વખત તોલો ૦૧ નાગકેસરનું ચૂર્ણ આપવું.

(૧૪) ઉપરના ત્રણ ઉપચારમાંથી ગમે તે કરે તો પ્રદર મટે, પણ ત્રણેય સાથે કરે તો જલદી ફાયદો થાય છે.

ખોરાક : (૧૫) પિત્તની શાંતિ થાય એવો ઠંડો છતાં પચવામાં હલકો દ્રાક્ષ, ખજૂર, સાકર વગેરે ખોરાક આપવો. લી, દૂધ, દહીં જેવો ભારે ખોરાક બંધ કરવો.

## ૬૬ : યોનિવ્યાપદ—યોનિના રોગ

શાથી થાય? યોનિના વીસ રોગ કહ્યા છે. તે મિથ્યા આહારવિહારથી, અટકાવ બગડવાથી, બીજદોષથી એટલે રોગ વારસામાં મળવાથી અને નસીબજોગે સ્ત્રીઓને થાય છે.

**પ્રકાર અને લક્ષણ :** જે યોનિમાંથી અટકાવ શીશુવાળી અને દુઃખ સાથે આવે, તે ઉદાવૃત્તા યોનિ કહેવાય છે.

જે યોનિમાંથી અટકાવ તદ્દન બંધ થઈ ગયો હોય છે, તેને વંધ્યા કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિમાં હમેશાં વેદના થાય છે, તેને વિપ્લુતા કહેવામાં આવે છે.

પુરુષનો સંભોગ થયા પછી જેમાં અત્યંત પીડા થાય છે, તે યોનિને પરિપ્લુતા કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિ બરછટ તથા અઙ્કડ હોય અને જેમાં સણુકા મારે અને સોય ખોસ્યા જેવી પીડા થાય, તેને વાતલા કહેવામાં આવે છે.

ઉદાવૃત્તા, વંધ્યા, વિપ્લુતા, પરિપ્લુતા અને વાતલા યોનિમાં જે પીડા થાય છે તે વાયુને લીધે થાય છે.

જે યોનિમાંથી બળતરા સાથે ઘણું લોહા વહી જવાથી લોહી ક્ષીણ થઈ જાય છે તેને લોહિતક્ષયા કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિમાંથી સ્ત્રીના રજ સાથે બળેહું પુરુષનું વીર્ય વાયુના અવાજ સાથે પાછું બહાર નીકળી આવે છે, તેને વામિની કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિ ચૂંચાવા—ચોળાવાથી પોતાની મૂળ જગ્યા પરથી ખસી જાય છે અને તેથી જેમાંથી પ્રસવ થતાં કष्ट થાય છે, તેને પ્રસંસિની કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિમાંથી રક્તસ્રાવ થઈ જવાના કારણે પેટમાં ગર્ભ રહેવા છતાં મરી જાય છે, તેને પુત્રધ્વી કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિમાં બહુ જ બળતરા થાય, પાકી જાય અને ગરમ રહે તેને પિત્તલા કહેવામાં આવે છે.

લોહિતક્ષયા, વામિની, પ્રસ્રાસિની, પુત્રધ્વી અને પિત્તલા યોનિમાં પિત્તનાં લક્ષણો વિશેષ થાય છે.

ગમે તેટલું મૈથુન કર્યા છતાં જે યોનિ ધરાતી નથી, તે અત્યાનંદા કહેવાય છે.

જે યોનિમાં કદ અને લોહીને લીધે ડોડી જેવા આકારની માંસની ગાંઠ થાય છે, તેને કર્ણિની કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિમાંથી મૈથુન વખતે પુરુષનું વીર્ય છૂટે તે પહેલાં જ રજ દૂડી જાય, તેને અચરણા કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિમાંથી અત્યંત મૈથુન કર્યા પછી પુરુષનું વીર્ય છૂટ્યા પછી રજ છૂટે તેને અતિચરણા કહેવામાં આવે છે.

અચરણા અને અતિચરણા યોનિમાં ગર્ભ ધારણ કરી શકાતો નથી.

જે યોનિ ચીકણી, ખરજવાળી અને ઘણી દાંડી હોય, તેને શ્લેષ્મલા કહેવામાં આવે છે.

અત્યાનંદા, કર્ણિની, અચરણા, અતિચરણા અને શ્લેષ્મલા યોનિમાં કદનાં લક્ષણો વિશેષ હોય છે.

જે સ્ત્રીને અટકાવ આવતો નથી, જેનાં સ્તન ઊપસેલાં હોતાં નથી અને મૈથુન વખતે જેનો સ્પર્શ કર્કશ લાગે છે, તેને પદ્મી કહેવામાં આવે છે.

લાંબી ઇન્દ્રિયવાળા પુરુષના સંગથી જે જુવાન સ્ત્રીની યોનિ ઇંડાની માફક બહાર નીકળી આવે છે, તેને અંડિની કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિનું મોં બહુ પહોળું રહે તેને મહાયોનિ કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિનું દાર ઘણું સાંકડું હોય છે, તેને સૂચિવક્ત્રા (સોયના નાકા જેવી યોનિ) કહેવામાં આવે છે.

જે યોનિમાં વાત, પિત્ત અને કફ એ ત્રણે દોષના દોષનાં લક્ષણો અને આકાર દેખાય છે, તેને સન્નિપાતિકા યોનિ કહેવામાં આવે છે.

ધણ્ડી, અંડિની, મહાયોનિ, સુચિવક્ત્રા અને સન્નિપાતિકા એ પાંચ યોનિમાં ત્રણે દોષોનાં લક્ષણો જણાય છે. આ પાંચેય ત્રણે દોષના પ્રકોપથી થતી હોવાથી અસાધ્ય છે.

ઉપાય : વિષ્ણુતા યોનિની પીડા મટાડવા માટે તગર, રિંગણી, ઉપ્લેટ, સિંધવ અને દેવદારને ઝીણું લસોટી એની પાણીવડે લૂંટી બનાવી તલના તેલમાં પકવવી અને એ તેલનું પૂમડું યોનિમાં મૂકવું.

વાતલા યોનિના દોષ મટાડવા માટે વાયુનાથક તેલનું પૂમડું હમેશ યોનિમાં રાખવું.

પિત્તલા યોનિના રોગો મટાડવા માટે લીંબોળીઓને તલના તેલમાં પકવવી અને એ તેલનું પૂમડું યોનિમાં રાખવું.

યોનિમાં દાહ (બળતરા) થતી હોય, તો સાકર સાથે આમળાનો સ્વરસ પાવો.

લીંડીપીપર, કાળાં મરી, અડદ, સૂવા, ઉપ્લેટ અને સિંધવ; એ છ દવાને ઝીણી લસોટી એની હાથના અંગૂઠા પાસેની આંગળી નેટલી બડી અને લાંબી વાટ બનાવી, યોનિમાં પહેરવાથી કફનાં લક્ષણવાળા યોનિરોગ મટે છે.

યોનિમાં બહુ ખણ્ણ આવતી હોય તો ત્રિફળા, બળો અને નેપાળાના મૂળના ક્વાથથી યોનિને ધોવી.

ભાંજને ખૂબ બારીક લસોટી, એની વચ્ચેના બૂટીની પોટલી યોનિમાં દોઢ એ કલાક મૂકવાથી યોનિ ઘણી સાંકડી થઈ જાય છે.

માયાં, ફુલાવેલી ફટકડી, ધાવડીનાં ફૂલ અને ધોળા કાથો; એ ચારેને બારીક લસોટી એની પોટલી યોનિમાં રાખવાથી યોનિ સાંકડી થાય છે.

## ૬૭ : યોનિકંદ (Vaginal polypus)

શાથી થાય ? દિવસે બિધવાથી, બહુ ક્રોધ કરવાથી, કસરત કરવાથી, બહુ મેયુન કરવાથી, નખ, દાંત વગેરે વાગવાથી, વાત, પિત્ત અને કફનો પ્રકોપ થવાથી યોનિની અંદર પરુ અને લોહી જેવા નાના ફણસની આકૃતિનો જોળ કંદ એટલે ફણુગો ઉત્પન્ન થાય, તેને યોનિકંદ કહેવામાં આવે છે.

પ્રકાર અને લક્ષણ : વાયુનો યોનિકંદ લૂખો, ફિક્કો અને ચિરાયેલો હોય છે.

પિત્તના યોનિકંદમાં બળતરા થાય છે, રાતો હોય છે અને તાવ હોય છે.

કફનો યોનિકંદ અળસીના ફૂલ જેવો આસમાની રંગનો હોય છે અને એમાં ખણજ આવે છે.

ત્રિદોષના યોનિકંદમાં ત્રણેય દોષનાં લક્ષણો સાથે હોય છે.

ઉપાય : સોનાગરુ, વાવડિંબ, કેરીની જોટલી, હળદર, રસાંબળ અને કાયફળ; એ છ દવાઓને ખારીક લસોટી એના વસ્ત્રમાળ ચૂર્ણની પોટલી યોનિમાં રાખવાથી યોનિકંદ મટે છે.

## ૬૮ : મૂઢગર્ભ (Difficult labour)

ગર્ભસ્રાવ અને ગર્ભપાત : બીવાથી, વાગવાથી, અતિશય તીખાં અને ગરમ ખાણાંપીણાંથી ગર્ભ પડવા માંડે છે; ત્યારે યજ્ઞ એટલે સજ્જકા સાથે લોહી દેખાવા માંડે છે.

ગર્ભ રજા પછી ચોથા મહિના સુધી ગર્ભ પડે તો ગર્ભનું પ્રવાહી વધી જાય છે. આને ગર્ભસ્રાવ કહેવામાં આવે છે.

ગર્ભ રજા પછી પાંચમા અને છઠ્ઠા મહિનામાં ગર્ભ પડે, તો અંધામેણુ સરીર તૂટી પડે છે. તેને ગર્ભપાત કહેવામાં આવે છે.

જેમ વાગવાથી કે દબાણથી પાકું ફળ ઝાડ ઉપરથી તૂટી પડે છે તેમ પ્રહારથી, કઠંગું બેસવાથી, વિષમ ખાનપાનથી, દબાણ આવવાથી વજેરે કારણસર ગર્ભ પડે છે.

**મૂઢગર્ભ એટલે શું ?** રૂંધાયેલો પવન જન્મ પામતા ગર્ભને આડો લઈ જાય, ત્યારે એ આડા ગયેલા ગર્ભને મૂઢગર્ભ કહેવામાં આવે છે. મૂઢગર્ભમાં યોનિ અને પેટ વજેરેમાં સણુકા મારે છે તથા પેશાબ બંધ થઈ જાય છે.

આમ કોપેલા એટલે બગડેલા વાયુથી આડો થઈ ગયેલો ગર્ભ ન જણી શકાય એટલી જુદીજુદી સ્થિતિમાં યોનિદ્વાર આગળ આવી અટકે છે. તેમાં નીચેની બાર મુખ્ય સ્થિતિ છે :

**મૂઢગર્ભની મુખ્ય બાર સ્થિતિ :** કોઈકવાર ગર્ભ પોતાના મસ્તકથી યોનિનું દ્વાર બંધ કરે છે. કોઈકવાર ગર્ભ પેટથી યોનિ તરફ આવે છે. કોઈકવાર ગર્ભનું શરીર વળી જવાથી ખૂંધવાળો ભાગ યોનિદ્વાર આગળ આવે છે. કોઈકવાર ગર્ભ પોતાનો એક હાથ પહેલો બહાર કાઢે છે. કોઈકવાર બંને હાથ પહેલા બહાર આવે છે. કેટલીકવાર ગર્ભ યોનિદ્વાર આગળ આડો પડે છે. કેટલીકવાર (ડોક ભાંગી જવાથી) ગર્ભ માથું નીચું રાખી આવે છે. તેમ જ કેટલીકવાર પડખાં ભાંગી જવાથી પડખામાંથી બેવડો વળી ગર્ભ યોનિદ્વાર આગળ આવે છે. વળી જે ગર્ભ હાથપગ જિંઘા રાખી એ હાથપગ અને માથાથી યોનિદ્વાર આગળ ખીલાની માફક અટકી રહે, તેને સંકીલક કહેવામાં આવે છે. જે બાળક(ગર્ભ)ના હાથપગ બહાર આવ્યા પછી શરીર ખરીની માફક અટકી રહે તે પ્રતિષ્ઠુર કહેવાય છે. જે ગર્ભ બે હાથ અને માથું આગળ કરી અટકી રહે તેને બીજક કહેવામાં આવે છે અને જે ગર્ભ આગળાની માફક યોનિમાં અટકી રહે છે, તેને પરિધ કહેવામાં આવે છે.

**ગર્ભિણીનાં અરિષ્ટ :** જે ગર્ભિણી કોની ડોક ભાંગી જાય, જેનું શરીર ઠંડું પડી જાય અને જે લાજશરમનું ભાન ભૂલી જાય



તથા જેની કૂખ ઉપર લીલા તથા આસમાની રંગની રંગો ઊપસી આવે, તે સ્ત્રી તથા તેનો ગર્ભ એકબીજાનો જીવ લે છે.

**ગર્ભ પેટમાં મરેલો હોવાનાં લક્ષણ :** ન્યારે બાળક પેટમાં જ મરી જાય ત્યારે ગર્ભ હાલતોચાલતો બંધ પડે છે, પ્રસવવેદના થતી નથી, ગર્ભિણીનું શરીર આસમાની રંગનું અને ફિફ્ફું પડે છે, શ્વાસ અંધાય છે અને સોજા આવે છે.

**ગર્ભ શાથી મરી જાય ?** ગર્ભિણીનાં માનસિક અને આકરિમક દુઃખો તથા રોગોથી ગર્ભ ઉપર અસર થાય છે તેથી તે ગર્ભાશયમાં મરી જાય છે.

**મકલ :** વાયુના સંબંધથી યોનિ બંધ થઈ જાય તો કૂખમાં ગર્ભ અટકી રહે તો, પ્રસવ થયા પછી પડતું લોહી અટકાવીને વાયુ હૃદયમાં, માથામાં અને પેડુમાં શળ ઉત્પન્ન કરે તો, (મકલ=After pains) શળ, આંચકી, ઉધરસ અને શ્વાસ જેવા ઉપદ્રવો થાય તો ગર્ભિણી બચી શકતી નથી.

આ શસ્ત્રક્રિયાનો વિષય છે, તેથી આ બાબતમાં નિષ્ણાત અને અનુભવી આયુર્વેદના શલ્યશાસ્ત્રાક્યના જ્ઞાતાની સલાહ લેવી જોઈએ.

## ૬૯ : સૂતિકારોગ-સુવારોગ

**સુવારોગ શાથી થાય ?** ખોટા ઉપચાર કરવાથી, દોષો ક્રોધાવે એવું ખાવાપીવાથી, ગમે તે વખતે ગમે તેવું અને ગમે તેટલું નિયમ વગર ખાવાપીવાથી અને પેટમાં અજીર્ણ હોવા છતાં ખાવાથી સુવાવડીને જે રોગ થાય છે, તે સુવારોગ કહેવાય છે. તે ધણો બચકર હોય છે.

**લક્ષણ :** ન્યારે સુવાવડીનાં અંગ તૂટે, તાવ આવે, શરીર કંપે, તરસ લાગ્યા કરે, શરીર ભારેભારે લાગે, સોજો આવે, સજીકા આવે અને ઝાડા થાય, ત્યારે સૂતિકારોગ થયો છે એમ જાણવું.

**સુવારોગ કષ્ટસાધ્ય :** સુવાવડી સ્ત્રીનું માંસ ઓછું થઈ ગયું હોય છે, શક્તિ ઓછી થઈ ગઈ હોય છે અને જઠરાગ્નિ મંદ પડેલા હોય છે તેથી તાવ, ઝાડા, સોજા, સણકા, આંધરો, નળનાઈ તથા કફ અને વાયુના રોગમાંથી ઉત્પન્ન થતાં ઘેન, અરુચિ, લાળ પડવી વગેરે ઉપદ્રવો જે સુવારોગને નામે ઓળખાય છે તે મટવા મુશ્કેલ હોય છે.

**ઉપાય :** દેવદાવાદિ ક્વાથ : દેવદાર, ઘોડાવજ, કઠ, પીપર, સૂંઠ, કાયફળ, નાગરમેથ, કરિયાતું, કકુ, ધાણા, હરડે, ગજપીપર, બેડીબોરિંગણી, ગોખરું, ધમાસો, બિભીબોરિંગણી, અતિવિપની કળી, મળો, કાઠડાશિંગ અને શાહજીરું; એ વીસે વસ્તુઓનો ક્વાથ પાવે. આને દેવદાવાદિ ક્વાથ કહેવામાં આવે છે.

### ૭૦ : સ્તનરોગ (Mastitis)

**શી રીતે થાય ?** વાયુ, પિત્ત કે કફ ન્યારે સ્ત્રીના દૂધવાળા કે દૂધવિનાના સ્તનમાં આવી ત્યાં લોહી અને માંસને બગાડે છે, ત્યારે સ્તનરોગ થાય છે.

**પ્રકાર :** લક્ષણ : સ્તનરોગ પાંચ જાતનો છે : વાયુનો, પિત્તનો, કફનો, ત્રિદોષનો અને આગંતુક. આ પાંચે પ્રકારના સ્તનરોગનાં લક્ષણો લોહી બગડીને થતા વિદ્રધિ (ગડ) સિવાયના બાકી વિદ્રધિનાં લક્ષણો જેવાં હોય છે.

**ઉપાય :** સ્ત્રીનાં સ્તનોમાં સોજો જેવામાં આવે, તો વિદ્રધિ (ગડ)ના ઉપાયો કરવા. સ્તન ઉપર કઢી શેક કરવો નહિ. સ્તનરોગ મટાડવા માટે ઈંદ્રવરણાનું મૂળિયું ધસીને લેપ કરવો અથવા હળદર અને ધતૂરાનાં પાંદડાં ઘૂંટીને સ્તન ઉપર લેપ કરવો.

**ક્યારે અને કેવી રીતે નસ્તર મૂકવું ?** સ્તનરોગ એ એક જાતનું વિદ્રધિ જ છે. જે એ ન પાકતું હોય તો શેક કરી સકાચ ન્યારે એના પર કાપ મૂકવાનો પ્રસંગ આવે ત્યારે કાળજી એટલી

રાખવી કે સ્તનની કાળી ડીંટડીની આસપાસ જે લાલ કુંડાળું હોય છે, તેને ફરતા દોઢને આંખળના ઘેરાવામાં કાપ ચૂકવેા નહિ. નહિ તો ધાવણુ સદાને માટે અંધ થઈ જાય.

**ખોરાક :** ખોરાક વિદ્રધિ પ્રમાણે માપસર લેવો. રોજ હીમજ તોલો ૦૥ સવારે આપવી.

### ૭૧ : સ્તન્યરોગ

**શાથી થાય ?** ઘણી જાતનાં બારે અજપાનનાં સેવનથી વાત, પિત્ત અને કફ બમડી બાળકને ધવરાવનારી સ્ત્રીનું દૂધ બગાડે છે, ત્યારે બાળકને ઘણા રોગ થાય છે.

**પ્રકાર અને લક્ષણ :** વાયુથી બગડેલું દૂધ-ધાવણુ તૂટું લાગે છે અને પાણીમાં તરે છે. જે દૂધ તીખું, ખાડું અને ખારુ હોય તથા જેમાં પીળા રેખાઓ દેખાય તે પિત્તથી બગડેલું જણવું. કફથી બગડેલું ધાવણુ ઘટ્ટ, ચીકણું તથા પાણીમાં ડૂબે એવું હોય છે. બે દોષથી બગડેલા ધાવણુમાં તે તે દોષનાં અને ત્રણે દોષથી બગડેલા ધાવણુમાં ત્રણેય દોષનાં લક્ષણો જણાય છે.

**શુદ્ધ ધાવણુનાં લક્ષણ :** જે ધાવણુ પાણીમાં મળી જાય, સફેદ તથા અખંડ હોય અને ખરાબ રંજનું ન હોય તે શુદ્ધ જણવું.

**ઉપાય :** કફપ્રધાન ધાવણુમાં આદુનો રસ તોલા ૨ દિવસમાં બેવાર પાવો. પિત્તપ્રધાન ધાવણુવાળી સ્ત્રીને સાકર તોલો ૧ તથા દ્રાક્ષ તોલો ૧ વગેરે ઠંડા ઉપચારો કરવા. વાતપ્રધાન ધાવણુ સુધારવા રોજ બેવાર દૂધ સૈર ૦૧ તથા લી તોલો ૧ વગેરે સ્નિગ્ધ ઉપચારો કરવા.

ધાવણુ ઓછું આવે કે ન આવે તો દૂધ, લી તથા અડદનો ખોરાક વધારે આપવો.

## ૭૨ : સોમરોગ

**શી રીતે થાય છે ?** અતિ મૈથુન, અતિ શોક તથા અતિ શ્રમ કરે, અતિ અસરકારક કોઈ પ્રયોગ અજમાવે, કૃત્રિમ જાતનું ખાધેલું કોઈ વિષ પ્રકોપ પામે; આ સર્વ કારણોને લીધે શરીરમાંનું પાણી કોપાયમાન થઈ પોતાના સ્થાનથી ભ્રષ્ટ થઈને પછી મૂત્રમાર્ગમાં જાય છે. તે પાણી સાવ ઘોળું, સ્વચ્છ, ટાઢું, ગંધવગરનું અને બળતરા કાર્યો વિના પેશાબની જગ્યાએથી વેગથી પુષ્કળ વહે છે. તેનો વેગ અટકાવી રાખવા મહેનત કરે તોપણ અટકતું નથી.

**લક્ષણ :** આ રીતે પેશાબ દ્વારા પાણી વહી જવાથી રોગીનું શરીર તદ્દન અસ્વસ્થ થઈ જાય છે, માથું શિથલ થઈ જાય છે, મોઢું અને તાળવું સુકાવા માંડે છે, અંધારાં આવે છે, બગાસાં આવે છે, બકારી આવે છે, ચામડી લૂખી થઈ જાય છે અને ગમે તેટલું ખાયપીએ તોપણ તૃપ્તિ થતી નથી.

આ રોગમાં શરીરમાંની સૌમ્ય ધાતુનો ક્ષય થવાથી આ રોગ સોમરોગ કહેવાય છે. આ રોગ સ્ત્રીઓને જ થાય છે.

**ઉપાય :** પાકેલાં કેળાં, આમળાંનો રસ, સાકર તથા મધ એ ચારેને એકઠાં કરી ઉપયોગમાં લેવાથી સોમરોગ મટી જાય છે. દિવસમાં બેવાર દરેક વખતે ઉપરની ચારેય વસ્તુઓનો ભેગો મળીને નવટાંક બાર લેવો.

અડદનો લોટ, જેઠીમધ, ભોંયકોળું, મધ અને સાકર એ પાંચને ભેગાં કરી સરવાળે ચાર તોલા પ્રભાતે દૂધ શેર ૧૦ સાથે સેવન કરવાથી સોમરોગ મટે છે.

ઉપરાંત રોજ હરડે આપવી, આમળાં તથા હળદરની શાકી આપવી. દવા પચ્યા પછી ખોરાક હલકો આપવો.

**ખોરાક :** દાળ, ભાત, શાક અને ખીચડીનો હલકો ખોરાક લેવો.

**ગર્ભ ન રહે તેવા ઉપાય :** પા (૧૦) શેર દૂધમાં

એ આનીભાર (૩૦ તોલો) ચપડા લાખ એટલે પીપળાની લાખ ઉકાળીને રોજ એક માસ સુધી પાવાથી અટકાવ આવતો હમેશ માટે બંધ થાય છે અને પ્રજા થતી નથી.

રોજ ઘીમાં એ આનીભાર કે પાવલીભાર ટંકણુખાર ચાટવાથી પ્રજા થતી નથી. આ પ્રયોગ દર માસે અટકાવના ચોથે દિવસે નાણા પછીના ખાર દિવસ સુધી કરવો.

સંભોગ વખતે યોનિના કમળના દાર(મુખ)ને મીઠાની ગાંઝડી મૂકી બંધ કરવાથી પણ પ્રજા થતી નથી. મીઠું બળતું નથી અને પ્રવાહી ધીમેધીમે ઓગળીને નીકળી જાય છે. કંઈ નુકસાન થતું નથી.

**ગર્ભ રહે તેવા ઉપાય :** ‘ વંધ્યારોગ : ’ જે સ્ત્રીને અટકાવ બહુ ચઢી જતો હોય, અટકાવ આવતાં બહુ પીડા થતી હોય કે જેને ગર્ભ ન રહેતો હોય, તેને અટકાવ આવવાનો સમય થાય તે પહેલાં પંદર દિવસે નીચે જણાવેલો તિલકાદિ ક્વાથ પાવાનો શરૂ કરવો અને તિલકાદિ ક્વાથ સાથે એલાદિ ગુટિકા પણ ગળાવવી.

**તિલકાદિ ક્વાથનો પાઠ :** કાળા તલ, સૂંઠ, મરી, પીપર અને ભારિંગમૂળ; એ પાંચનો ક્વાથ કરી ટુંડો પડે ત્યારે એમાં ગોળ તોલો ૧૦ નાખી દિવસમાં બેવાર પાવો.

**એલાદિ ગુટિકા :** એળિયો, સૂંઠ, પીપર અને મરી વજનમાં સરખાં લેવાં. પછી સૂંઠ, પીપર અને મરીનું વચ્ચગાળ ચૂર્ણ કરી એ ચૂર્ણને એળિયા સાથે એકરસ કરી એની ગોળીઓ વાળવી. દરેક ટુંકે વટાણા જેવડી ગોળી ગળવી.

આ રીતે અટકાવ દુઃખ વિના આવશે અને કોડો સાફ થશે. અટકાવ આવે એટલે ક્વાથ તથા ગોળી બંધ કરવાં. પછી અટકાવ આવે ત્યારે દિવસ ચર્ધ જાય, ત્યારે રોજ નાગકેસરનું ચૂર્ણ દિવસમાં બેવાર દરેક ટુંકે તોલો ૧ ફકાવવું. આથી સ્ત્રીને ગર્ભ રહે છે. નિયમિત અટકાવ આવે તો તિલકાદિ ક્વાથ તથા એલાદિ ગુટિકા

લેવાની જરૂર નથી, પણ નાજકેસરનું ચૂર્ણ ઘર મહિને અટકાવના ચોથા દિવસ પછી બાર દિવસ, ગર્ભ રહે ત્યાંસુધી દર માસે ફાંકવું.

**અમલાની સંભાળ :** ગર્ભ રહ્યા પછી અમૃતસામરમાં કહેલા મહિનેમહિને કરવાના ઉપાયો કરવા.

ખજૂર, સાકર અને દ્રાક્ષ પ્રમાણસર ખવડાવવાં.

**સુવાવડીનો ખોરાક :** એમ કરતાં જ્યારે સુવાવડ આવે ત્યારે સુવાવડીનું શરીર બહુ જ બળવાન હોય તો જ ઘી, દૂધ વગેરેનો ખોરાક આપવો. સામાન્ય રીતે તો સુવાવડીને પહેલા દસ વાસા દાળબાત ખીચડી અને શાક આપવાં. પછી બીજા વીસ દિવસ ધઉંની રોટલી પણ આપવી અને સુવાવડનો મહિનો પૂરો થાય, ત્યારે ઘી, દૂધ વગેરેનો ખોરાક આપવો.

**સુવાવડમાં નાળ રી રીતે કાપવી ?** સુવાવડ કરાવતી વખતે બાળકની નાળ કાપતાં સંભાળ રાખવી. બાળકની ડૂંટીથી છએક આંગળ નાળ અકબંધ રાખવી. છ આંગળને અંતરે એક દોરો તાણીને બાંધવો અને ડૂંટીથી સાત આંગળના અંતરે નાળ ઉપર બીજો દોરો તાણીને બાંધવો, અને એ બે દોરાની વચ્ચેથી નાળ કાપવાથી સુવાવડીને બોહી પડશે નહિ.

**સુવાવડનો ક્વાથ :** સુવાવડના અગિયારમા વાસાથી નીચે જણાવેલા દેવદાર્વાદિ ક્વાથ રોજ બેવાર આપવો. તેથી સુવાવડીને સુવારોગ થશે નહિ અને થયો હશે તો તે મટી જશે.

**દેવદાર્વાદિ ક્વાથનો પાઠ :** દેવદાર, વન, ઉપલેટ, પીપર, સૂંઠ, કરિયાતું, કાપફળ, કડુ, ધાણા, હરડે, ગજપીપર, ભોરિંગણી, ગોખરુ, ધમાસો, મોટીરિંગણી, અતિવિષની કળી, ગળો, કાકડાશિંગ અને કાળી જીરી; એ ઓગણીસ વસ્તુઓ સમ્મન બાજે લઈ એનો ક્વાથ કરવો. ક્વાથ પીવા જેવો ઠંડો પચા પછી એમાં સિંધવ તથા હિંગ નાખી પાવો.

## ૭૩ : બાલરોગ

બાળક જન્મે ત્યારથી તેને રોજ હરડેનો ઘસારો પાવે.

**ચાતુર્ભદ્ર ચૂર્ણ :** અતિવિષની કળા, કાકડાશિંગ, નાગરમોથ અને લીંડીપીપર એ ચારનું ચૂર્ણ કરી પહેલે મહિને મગના દાણા જેટલું, એમ દરેક મહિને ધીમેધીમે પ્રમાણ વધારીને ચાર વરસનું થાય ત્યારે એક આનીબાર ( ૧૬ ) રોજ પાવું. આથી બાળક તંદુરસ્ત રહેશે.

બાળકને તાવ, ઝાડા, ઊલટી વગેરે કંઈ રોગ થાય તો બને એટલું ઓછું ધવડાવવું અને ઉપર લખેલું ચાતુર્ભદ્ર ચૂર્ણ આપવું, તેથી એને દ્રાવદો થશે.

બાળકને બહુ ઊલટી થતી હોય, લાળ પડતી હોય કે કરમિયા હોય તો ચાતુર્ભદ્ર ચૂર્ણ ઉપરાંત વાવડિંગનું ચૂર્ણ બાળકને સહેવાતા પ્રમાણમાં આપવું. સવારે હરડેનો ઘસારો આપવો.

બાળકને ઝાડા થયા હોય તો બીલાના કકડાને પાણીમાં થોડા કલાક પલાળી રાખી એ પાણી થોડું થોડું પાવું. સવારે હરડેનો ઘસારો પણ આપવો.

બાળકને ધાવણુને બદલે દૂધ આપવું હોય, તો જેટલું દૂધ હોય તેટલું પાણી દૂધમાં નાખી, નાખેલું પાણી બધું બળી જાય પણ દૂધ હતું તેટલું બાકી રહે, ત્યાં સુધી ઉકાળી પછી ઠંડું પાડી પિવડાવવું.

માંદગી દરમિયાન બાળકને સહેવાતો શેક કરવો; ધાવતા બાળકની માંદગીમાં મા પાસે આહારવિહારનું પથ્ય પળાવવું.

## ૭૪ : વિષ-ઝેર

કોઈ પણ પ્રકારનું ઝેર ખાવાપીવામાં આવ્યું હોય, તો પહેલાં મીંઢળ પાઈને ઊલટી કરાવવી. બેત્રણ મીંઢળની ઉપરની છાલ વાટી સશેકા પાણી સાથે પાવી. મીંઢળથી ઊલટી થઈ ગયા પછી ઘી શેર ૦૧ વિધારીને પાવું. ઝેર નીકળી રહે ત્યાંસુધી મીંઢળ અને ઘી વારાફરતી પાયા કરવાં. આ ક્રિયાથી ઊલટીઓ થશે તેથી હોજરીમાંનું ઝેર બહાર નીકળી જશે અને પ્રસરવા માંડેલા ઝેરનો વેગ મંદ પડી જશે. ઉપરના ઉપાયથી ઊલટી ન થાય, તો પાશેર ઊના પાણીમાં મોરચૂથુ તોલો  $\frac{1}{2}$  પાવું.

પછી વિરેચન (ગુલાબ) આપવું. વિરેચનમાં નેપાળાના ખીજના અડધી ફાડ વાટીને ફૂંતોલો ગોળમાં લપેટી ખવડાવવી. ફાડ વાટતા પહેલાં ફાડમાંથી પાંદડી કાઢી નાખવી. સાપ, કૂતરું વગેરે ઝેરી પ્રાણી કરડે ત્યારે પણ આ ગોળાનો ગુલાબ આપવો.

ઝેરવાળા માણસને ઝેર ઊતરતાં સુધી અને ઝેર ઊતર્યા પછી પણ ચોવીસ કલાક સુધી ઉગ્નગરો કરાવવો. જિંઘમાં, ઘેનમાં કે મૂર્છામાં પડવા દેવો નહિ. જગાડવા માટે કપાળ પર ઠંડા પાણીની છાલકો માર્યા કરવી, પંખો નાંખવો, નસ્ય ફૂંકવું, ચૂંટિયા ખણવા વગેરે આકરા ઇલાજ પણ અજમાવવા. બહુ બેભાન હોય તો ફસ ખોલવી. ફસ ખોલીને પોણા શેર કે એક શેરથી વધારે લોહાં કાઢવું નહિ.

તાબું હડકાયું કૂતરું કરડે તો તે કરજ્યા પછી બેત્રણ કલાકની અંદર સાંડસીથી લૂગડાનો ડૂચો પકડી કકડાવેલા કકડતા ઘીમાં ખોળી કૂતરાનો દાંત લાગ્યો હોય ત્યાં ડામ દેવો.

સાપ કરડે ત્યારે પણ દંશ પર ઉપર પ્રમાણે કકડતા ઘીને ડામ દેવો; છતાં સૌથી પહેલાં ફસ ખોલી વધારેમાં વધારે પોણા



શેરથી એક શેર લોહી કાઢી નાંખી પછી ખીજ ઉપાયો કરવા.

વીંછી કરડે ત્યારે ડાંખ ઉપર અને આજીઆજી નેપાળાનાં પાંદડાં ખૂચ વાટી તેની લૂગદીનો એક ઇંચ જડો લેપ કરવો.

## ૭૫ : ફિરંગ

આ રોગ ફિરંગી લોકોના દેશમાં ઘણા મોટા પ્રમાણમાં થાય છે, તેથી એને ફિરંગ રોગ કહેવામાં આવે છે.

ફિરંગીના શરીરના સંસર્ગથી અને ફિરંગી સ્ત્રી સાથે સંભોગ કરવાથી આ રોગ માણસોને ચોક્કસ થાય છે.

ફિરંગ ત્રણ પ્રકારનો છે : બાહ્ય (બહારનો), આંતર (અંદરનો) તથા બાહ્યઆંતર (બહારનો અને અંદરનો).

બાહ્ય ફિરંગ વિસ્ફોટક જેવો હોય છે. એમાં પીડા થોડી થાય છે. એ ગૂંમડાંની માફક ફૂટે છે. આ બાહ્ય ફિરંગ સહેલાઈથી મટે છે.

આંતર ફિરંગ સાંધાઓમાં થાય છે. એમાં સંધિવાની માફક સોજો આવે છે, અને પીડા થાય છે. એ મટવો મુશ્કેલ છે.

ફિરંગ રોગમાં નીચે પ્રમાણે ઉપદ્રવો થાય છે : દૂબળા પડી જવાય છે, નયગાઈ આવે છે, નાક બેસી જાય છે, જઠરાગ્નિ મંદ પડી જાય છે, હાડકાં સુકાય છે અને હાડકાં વાંકાં થઈ જાય છે.

ફિરંગ રોગના ઉપાય તથા પરેજ ઉપદેશ (ચાંદી) પ્રમાણે છે.

## ૭૬ : સ્નાયુક-વાળો

જિંચી જતની હિંગ લાવવી. હિંગના ઝીણા ટુકડા કરી થોડા ઘીમાં ફુલાવવા. પછી એને ખાંડી નાખવાથી હિંગ દાંતે ચોટશે નહિ; અથવા જિંચી જતની હિંગનો બૂકો મળે તો તે પણ વાપરી શકાય. દિવસમાં બેવાર રોજ બે આનીબાર (૧/૨ તોલો) હિંગ પાણી સાથે ફાકી જવી.

તાવ હોય ત્યાંસુધી ઉપવાસ કરવા. પછી તાવના પ્રકરણમાં લખેલા ક્રમથી ઉપવાસ છોડવા. તાવ ન હોય તો દાળ, ભાત અને શાકનો હલકો ખોરાક લેવો. ઉપવાસમાં પણ હિંગ ફાકવી.

## ૭૭ : દગ્ધ-દાઝવું

દાઝવાથી ફેદ્દો ન ગિજ્યો હોય તો દાઝેલા ભાત ઉપર ઘી કે તેલ ચોપડવું, પણ જો ફેદ્દો ગિજ્યો હોય તો ફેદ્દા ઉપર રાજ અને ઘીનો મલમ ચોપડવો.

ફેદ્દો ફૂટ્યા પછી ફૂટેલી ચામડી જિંચી કરી, નીચેના દાઝેલા બધા ભાગ ઉપર બરાબર પ્રસરે તે પ્રમાણે ઘી કે તેલ રેડવું. ફેદ્દાની ફૂટેલી ચામડી અને સારી ચામડીના સાંધા (જોડાણ) સુધી ચારેબાજુ ઘી કે તેલ બરાબર પ્રસરે એ રીતે રેડવું.

ખોરાકમાં હલકાં દાળ, ભાત અને શાક લેવાં. ગળપણ, તીખાશ, ખટાશ તથા દૂધ, દહીં, છાશ, માખણ, ઘી વગેરે ચીકાસવાળા અને ભારે ખોરાક લેવો નહિ.

‘સસ્તુ’ સાહિત્ય એટલે ઉત્તમામાં ઉત્તમું સાહિત્ય’

# ગ્રંથોનું સૂચિપત્ર

શાસ્ત્રગ્રંથો-મૂળ તથા અનુવાદ

શ્રીમત્ શંકરાચાર્યના ગ્રંથો :

વિવેકચૂડામણિ-સરળ ભાષાંતર સાથે	...	૧૬૦	૦-૧૨	૦-૨
મોહચુદ્ધાર ને બીજાં ૬૨૧ રત્નો	...	૧૬૮	૧-૦	૦-૨
શતશ્લોકી અને બીજાં ચાર રત્નો	...	૨૦૦	૦-૧૨	૦-૨
સ્તોત્રસંગ્રહ-ભક્તિ ને વેદાંત-સ્તોત્રો	...	૨૨૦	૦-૧૦	૦-૨
સર્વવેદાંત-સિદ્ધાંત-સારસંગ્રહ	...	૨૨૪	૧-૪	૦-૩

ઉપનિષદો-૧૧૨-નીચે પ્રમાણે ત્રણ ગ્રંથોમાં

એકાદશ ઉપનિષદ	...	...	૪૫૨	૨-૮	૦-૫
બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ	...	...	૨૪૮	૧-૮	૦-૩

સો ઉપનિષદો-પહેલાં ૨૩ ઉપનિષદો મંત્રો સાથે-પછીનાં

૭૭નું માત્ર ભાષાંતર-સારરૂપે	૭૪૪	૪-૦	૦-૭
-----------------------------	-----	-----	-----

૫<sup>મી</sup>કરણ-મુમુક્ષુઓના આત્મબોધ માટે સર્વોત્તમ

ગ્રંથ-ટીકા સાથે	...	...	૨૬૪	૨-૦	૦-૪
-----------------	-----	-----	-----	-----	-----

સૂર્યકાન્ત-અધ્યાત્મમાર્ગના સાધકને અત્યંત

ઉપયોગી પુસ્તક	...	...	૨૭૨	૨-૦	૦-૪
---------------	-----	-----	-----	-----	-----

જીવ-મુક્તિવિવેક-મુમુક્ષુઓ માટે પ્રાચીન ગ્રંથ

...	...	...	૨૨૦	૧-૪	૦-૨
-----	-----	-----	-----	-----	-----

બહાવાકથ-રત્નાવલિ

...	...	...	૧૮૪	૦-૧૨	૦-૨
-----	-----	-----	-----	------	-----

વિદુરનીતિ-સરલાય સાથે

...	...	...	૧૬૮	૦-૧૨	૦-૨
-----	-----	-----	-----	------	-----

મનુસ્મૃતિ-

...	...	...	૬૪૦	૩-૦	૦-૬
-----	-----	-----	-----	-----	-----

આચંધર્મનીતિ અને આજીક્યનીતિસાર-પસંદ

હરી ચૂંટલા ધર્મનીતિના શ્લોકો	...	૨૦૮	૦-૮	૦-૨
------------------------------	-----	-----	-----	-----

વેદિક વિનય-૩૬૦ વેદમંત્રો વિસ્તૃત સમ્બંધી સાથે

...	...	૮૪૦	૩-૧૨	૦-૮
-----	-----	-----	------	-----

બળવાન બનો !-કર્મનો શ્રેષ્ઠ ઉપદેશ

...	...	૧૧૨	૦-૮	૦-૨
-----	-----	-----	-----	-----

એકાદશ રત્ન-શ્રીમદ્ ભાગવતનો

...	...	૪૭૨	૧-૪	૦-૫
-----	-----	-----	-----	-----

વિશ્વસહજનામ-સરળ અર્થ સાથે ... ..	૧૨૮	૦-૪	૦-૧
ક્રમબદ્ધ-સંપાદક : પં. યચરદાસ દોશી: ...	૧૬૨	૧-૦	૦-૩
શાંતિપર્વ-મહાભારતનું-રાજધર્મ, આપદધર્મ અને મોક્ષધર્મ, જેમાં ચાર વર્ણ તથા આશ્રમના સામાન્ય ધર્મો વગેરે ૮૫૬	૭-૮	૦-૧૪	

## મહાભારત-દળદાર ૭ ગ્રંથોમાં ૩૧. ૪૫૫

‘જેથે મહાભારત વાંચ્યું નથી, તેનું ભારતવાસી  
હોતું વ્યર્થ છે ....’

૧-આદિ ને સભાપર્વ	૧-શાંતિપર્વ	
૨-વન ને વિરાટપર્વ	૭-અનુશાસન, આશ્રમેધિક,	
૩-ઉદ્યોગ ને ભીષ્મપર્વ	આશ્રમવાસિક, મૌસલ,	૮પાલ
૪-દ્રોણપર્વ	મહાપ્રાસ્થાનિક અને	અર્થ
૫-કર્ણ, સહ્ય, સૌમિક ને મીપર્વ	સ્વગરિહણપર્વ	૩૧. ૬૩

આવા મોટા અક્ષરો

કદ ૭ા.૧૦ : કુલ પાન ૫૨૦૮  
પાકાં પૃષ્ઠાં : ૨૭ ચિત્રો સાથે

યોગવાસિક મહારામાયણ-વૈરાગ્ય, મુમુક્ષુ, ઉત્પત્તિ,

સ્થિતિ, ઉપરામ ને નિર્વાણ-આ છ પ્રકરણો-

ચાર દળદાર ગ્રંથોમાં ... .. ૧૬૦૮ ૧૨-૦ ૨-૧

લઘુયોગવાસિક-જુહુ યોગવાસિકના સારરૂપ ૫૫૪ ૨-૮ ૦-૫

વિચારસાગર-(આ. ખીજી)વેદાંતના હોદ્દનરૂપ તત્ત્વજ્ઞાન ૪૦૦ ૩-૦ ૦-૫

શ્રીમદ્ ભાગવત-એ ગ્રંથમાં ભાષાંતર, નવી ૧૧મી આ. ૧૨૪૦ ૮-૦ ૧-૬

ભાગવતી (દેવી) ભાગવત-સરળ ભાષાંતર, મોટા અક્ષરો ૬૨૮ ૬-૦ ૦-૧૫

આત્મસાક્ષાત્કારની કસોટી-સં. સ્વામી

સ્વયં-ચોતિતીર્થ : ... .. ૨૦૮ ૧-૪ ૦-૨

આત્મરામાયણ-રામાયણનાં પાત્રોના લાક્ષણિક અર્થો

દ્વારા તત્ત્વજ્ઞાન સમજવડું સરળ પુસ્તક ... ૧૪૦ ૦-૧૨ ૦-૨

મોક્ષમાળા-શ્રીમદ્ રાજ્યદ્રક્ષત ... ૧૬૨ ૧-૪ ૦-૩

મલુમત જીવનનું સહસ્ય-સદુપદેશ ભજનો સાથે... ૧૬૮ ૧-૦ ૦-૪

સ્વરૂપવિચાર-ગુરુ-શિષ્યના સંવાદરૂપે તત્ત્વોપદેશ ૧૦૪ ૦-૧૦ ૦-૨

પ્રકારામમાથા-એ ગ્રંથમાં-ભક્તિ, જ્ઞાન અને વૈરાગ્ય-

પ્રેરક અભંગોનું સરળ ભાષાંતર ... .. ૧૮૪૦ ૬-૦ ૦-૧૫

શ્રીરામકૃષ્ણ વાર્તાલાપ-ભાગ રજો ... ..	૩૧૨	૨-૦	૦-૪
સ્વામી રામતીર્થ-એમના સદુપદેશ ... ( ૧ ) ...	૫૬૪	૨-૮	૦-૬
<b>સ્વામી વિવેકાનંદના ઉપદેશો :</b>			
ભક્તિયોગ-આવૃત્તિ રજી ( ૮ ) ... ..	૩૮૪	૧-૮	૦-૪
રાજયોગ અને જ્ઞાનયોગ-( ૧૦, ૧૧ ) ... ..	૫૬૦	૨-૦	૦-૫
પાતાળજી યોગસૂત્ર-વિવેકાનંદના વિવેચન સાથે	૧૬૨	૧-૦	૦-૩
જ્ઞાનયોગ-વિવેકાનંદે આપેલાં વ્યાખ્યાનો	૨૩૬	૦-૧૨	૦-૨
રાજયોગ-પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન, સમાધિ ઇત્યાદિ ... ..	૧૩૬	૦-૧૨	૦-૨
વિવેકાનંદસાહેબ-વિદ્યાર્થીઓ માટે ખાસ ઉપયોગી	૨૬૪	૨-૦	૦-૪
આખ્યાનમાળા-( ૧ ) સ્વ૦ અનંતપ્રસાદ : ... ..	૭૦૮	૩-૦	૦-૭
” ” ( ૨ ) ” ” ... ..	૭૨૦	૩-૦	૦-૬
ઉપદેશસારસંગ્રહ-શ્રી. તિરુવલ્લુવરનો વેદગુહ્ય ધોધ	૩૮૪	૧-૮	૦-૪
શુભેશ્વરનાકર-ધર્મનીતિપ્રેરક ૧૦૫ દ્વંકાં દર્શાવે	૩૦૦	૧-૮	૦-૪
વિભુની વાટે ને રામાયણની રત્નપ્રભા- ... ..	૧૬૪	૦-૪	૦-૨
પ્રભુમય જીવન-આવૃત્તિ ૮મી ... ..	૧૬૨	૦-૧૨	૦-૨
દત્ત અને પરશુરામ અથવા આત્મદર્શન વા અનાસક્ત કર્મયોગ ... ..	૩૭૬	૨-૦	૦-૪

## રામાયણ

બિરહરૂપ રામાયણ-કર્તાની હસ્તપ્રત ઉપરથી ... ..	૭૬૨	૪-૮	૦-૮
ગુણસીકૃત રામાયણ-(બે ભાગ) ૩૨ ચિત્રો	૧૨૦૦	૮-૦	૧-૫
વાલ્મીકિ રામાયણ-નવી આવૃત્તિ છપારો.			

## પદ્યારૂપ સ્વર્ગનાં પુસ્તકો

સ્વર્ગનું વિજ્ઞાન-ભક્તિનો મહિમા સમજાવતા ૩૨૫ દા. ૩૭૨	૨-૦	૦-૪
સ્વર્ગની દુંધી-સદ્વર્તન રાખતાં શીખવનારો ધોધ ૩૭૨	૨-૦	૦-૪
સ્વર્ગનો ખજાનો-ભક્તિમાર્ગ સમજાવતા ૧૨૫ દા. ૩૧૨	૨-૦	૦-૪
સ્વર્ગનો પ્રકાશ-જ્ઞાન અને પરમાર્થની વાતો ... ૩૩૬	૨-૦	૦-૪
સ્વર્ગનો આનંદ-ભક્તિ ને તેના પ્રકારોની સમજ ૩૬૦	૨-૦	૦-૪
સ્વર્ગની સીડી-મોક્ષમાર્ગ પ્રાપ્ત કરવાનાં ૧૨ પગથિયાં ૩૬૦	૨-૦	૦-૪
સ્વર્ગની સડક-સ્વર્ગના દ્વંકા ને સરળ રસ્તાનું સૂચન ૪૬૮	૨-૦	૦-૫

સંસારમાં સ્વર્ગ-સંસારને સ્વર્ગ બનાવવું પુસ્તક	૩૪૮	૨-૦	૦-૪
સાચું સ્વર્ગ-ભક્તિ ને જ્ઞાન વિષયક સાદી વાતો ...	૪૬૨	૨-૦	૦-૫

## ભગવદ્ગીતાઓ

ઘાટાવકગીતા-મૂળ સાથે સરળ ભાષાંતર ...	૭૨	૦-૮	૦-૧
પુરુષાર્થભાષિની ગીતા-(ભે રંગેમાં) મૂળ શ્લોકો, પદચ્છેદ, અર્થ અને પંક્તિ સાતવલ્લેકરણની વિસ્તૃત ટીકા સાથે .. ...	૧૦૧૮	૧૦-૦	૧-૨
શ્રીજ્ઞાનેશ્વરી ભગવદ્ગીતા-જ્ઞાનેશ્વર મહારાજે રચેલી 'ભાવાર્થદીપિકા' નામની, દશાંતોથી ભરપૂર, ભાવવાહી ટીકા, સરળ અર્થ સાથે ...	૭૬૨	૪-૦	૦-૮
જ્ઞાનસત્ર ગીતા-ગીતાના મૂળ શ્લોકો, પદચ્છેદ ને શબ્દાર્થ	૩૬૮	૧-૪	૦-૪
,, ,, -ગુજરાતી લિપિમાં, ગીતાના શ્લોકો, પદચ્છેદ તથા શબ્દાર્થ સાથે	૩૬૮	૧-૪	૦-૪
શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા-મોટા સુવાચ્ય અક્ષરો, સરલાયં સંહિત ...	૨૪૮	૦-૧૨	૦-૩
શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા-(આ. ૨૨મી) સરળ ભાષાંતર સાથે ગ્રંથકો કદ ડાખપા	૩૫૨	૦-૮	૦-૨
શ્રીપંચરત્નગીતા-(સદીક) પુનરાવૃત્તિ ...	૨૬૪	૧-૦	૦-૪
અવધૂત ગીતા-(આ. ૨૭) સુધારાવધારા સાથે	૧૪૪	૧-૪	૦-૨

( સંસ્કૃત પાઠ કરનારાઓ માટે ખાસ ઉપયોગી )

ભગવદ્ગીતા મૂળ મૂળ-મોટા અક્ષર	૨૧૨	૦-૧૦	૦-૨
,, ,, -મધ્યમ અક્ષર	૨૦૦	૦-૭	૦-૧
પંચરત્ન ભગવદ્ગીતા મૂળ મૂળ-મોટા અક્ષર	૩૬૮	૦-૧૪	૦-૩
,, ,, ,, -મધ્યમ અક્ષર	૨૦૦	૦-૧૦	૦-૨

## જીવનચરિત્રો

યોગીશ્વર યાજ્ઞવલ્કય-આચાર્યના મહાન યોગીશ્વરનું દ્રંક ચરિત્ર ... ..	૮૮	૦-૮	૦-૨
રમણમહર્ષિ-સુધારાવધારા સાથેની ખીજ આવૃત્તિ	૨૧૬	૨-૦	૦-૪

ઠેલાસપતિ હંસ મહારાજ-વેદાંત જેવા ગદ્ય

વિષયને દર્શાવે દ્વારા સમજાવે છે. ...	૨૮૦	૨-૮	૦-૫
સ્વામી આત્માનંદ સરસ્વતી-ઉપદેશો સાથે ...	૧૯૨	૧-૮	૦-૩
ભિક્ષુ આખંડાનંદ-પ્રેરણાદાયી વિસ્તૃત ચરિત્ર	૪૭૮	૩-૦	૦-૬
મહર્ષિ દયાનંદ-વિસ્તૃત ચરિત્ર ...	૧૫૨	૧-૮	૦-૨
રામકૃષ્ણ પરમહંસ-પ્રેરણાદાયી અદ્ભુત ચરિત્ર	૬૦૮	૨-૮	૦-૫
સ્વામી વિવેકાનંદ-જીવનના પ્રસંગો આલેખતું ચરિત્ર	૭૮૪	૩-૦	૦-૭
સ્વામી રામતીર્થ-વિસ્તૃત ચરિત્ર તથા વેદાંતના ઉપદેશો	૬૭૨	૩-૦	૦-૭
સૌત્રન્ય મહાપ્રભુ-ત્રણ મંથો, વિસ્તૃત ચરિત્ર (સચિત્ર)	૧૫૯૬	૬-૮	૦-૧૫
જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ ને મહાત્મા એકનાથ-બે ચરિત્રો	૫૦૪	૨-૮	૦-૫
સંત પુકારામ-મહારાષ્ટ્રના સુપ્રસિદ્ધ સંતનું ચરિત્ર	૬૪૮	૨-૮	૦-૬
સ્વામીશ્રી બ્રહ્માનંદ ને શિવાનંદનાં ચરિત્રો...	૪૨૪	૧-૬	૦-૪
શ્રીરામચંદ્ર કવિ ને નામ મહારાજનાં ચરિત્રો...	૩૩૬	૧-૦	૦-૩
મં સરયુદાસજી, બૃહસ્પતિ ને } ...	૨૫૬	૦-૧૦	૦-૩
બાનકીદાસજીનાં ચરિત્રો			
બ્રહ્મચરિત્ર-ભક્તમાળામાં નહિ આવેલાં ચરિત્રો ...	૫૨૮	૨-૮	૦-૫
આદર્શ ચરિત્રસંગ્રહ-ભાગ રત્નો-૭૦ દંકાં ચરિત્રો	૬૨૪	૨-૮	૦-૭
ભારતના વીર પુરુષો-૪૦ વીર પુરુષોનાં ચરિત્રો	૩૩૬	૧-૪	૦-૪
વીર દુર્ગાદાસ અથવા માકે સરદારો-મારવાડના			
જન્મપૂત યુગના નરકેસરીનું 'વીરત્વબધુ' જતાં	૩૦૪	૧-૦	૦-૩

## સંતવાણી

પુલહી રામાયણનાં મહાવાક્યો- ...	૯૬	૦-૮	૦-૧
સંતની વાતો- ધર્મ, નીતિ વગેરેનાં દર્શાવે સાથે	૨૬૪	૧-૮	૦-૪
પરિચિત્ત પદસંગ્રહ-૧૧૨ ભક્તોનાં ૧૬૭ ભજનો	૪૦૦	૧-૧૨	૦-૪
મીરાં અને નરસિંહ-( સંન્યાયમૂર્તિ હરસિદ્ધભાઈ			
દિવેટિયા )પદસંગ્રહ કરેલાં ૧૬૩ ભજનો ને પદો	૧૦૪	૦-૧૨	૦-૨
આખાની વાણી-અધરા સબ્દોના અર્થ સાથે ...	૫૦૪	૩-૦	૦-૬
દીવાને સામસ-સંત સાગર કૃત ...	૪૮૦	૪-૮	૦-૫
મીરાજનસંગ્રહ-જુદાજુદા સંતોનાં ૩૩૬			
ભજનોનો સંગ્રહ ...	૨૪૦	૧-૦	૦-૩

મીતમહાસની વાણી-મોળ, છપ્પા, કક્કા, મહિના				
ધત્વાદિનો સંગ્રહ	...	...	...	૫૧૦ ૨-૮ ૦-૪
કર્મભાથા-કર્મની શ્રેષ્ઠ ભાવના સૂચવતો કાવ્યસંગ્રહ	૨૪૦	૧-૦	૦-૩	
તુકારામજી-પસંદ કરેલા અભંગો, મરાઠીમાં	૧૨૦	૦-૫	૦-૨	

## સ્ત્રી તથા બાળોપયોગી ગ્રંથો

પાકશાસ્ત્ર-સ્વાદિષ્ટ વાનીઓ બનાવવાની રીત	...	૨૬૪	૨-૮	૦-૪
નળાખ્યાન-મહાકવિ શ્રી પ્રેમાનંદકૃત	...	૧૩૬	૧-૦	૦-૩
ઓખાહરણ-મહાકવિ શ્રી પ્રેમાનંદકૃત-મોટા				
અક્ષરોમાં-અધરા શબ્દોના અર્થ સાથે	...	૧૧૨	૦-૮	૦-૨
શ્રીશારદામણિદેવી-(ચરિત્ર) લે. આનંદ ચૈતન્ય	૧૦૪	૦-૮	૦-૨	
સ્ત્રીઓના વિવિધ પ્રકારો-સ્ત્રીઓની કેળવણી, લક્ષ, વારસાદક, ગામડાંની સ્ત્રીઓનો પ્રશ્ન, કાર્યક્ષેત્ર, શારીરિક સંપત્તિ, શૃદ્ધિભોગ ઇ. અનેક વિષયો	૨૬૪	૧-૮	૦-૪	
દૂંડી વાર્તાઓ-અ. ૧લો-સામાજિક નિર્દોષ ૬૬ વાર્તાઓ	૫૮૮	૨-૮	૦-૬	
„ „ -અંથ રત્ને-કુટુંબ માટે ઉપયોગી ૫૭ વાર્તાઓ	૫૭૬	૨-૮	૦-૪	
„ „ -અંથ પમે-સ્ત્રી-પુરુષો માટે જરૂરી ૫૬ વાર્તાઓ	૪૦૮	૨-૮	૦-૪	
„ „ -અંથ ૬કો-સર્વ માટે ઉપકારક ૮૬ વાર્તાઓ	૭૨૦	૨-૮	૦-૬	
ભારતની દેવીઓ-અંથ ૧લો-પ્રાચીન યુગની ૧૩૩ સ્તીઓ	૭૩૨	૩-૦	૦-૬	
„ „ -અંથ રત્ને-મધ્યયુગનાં ઐતિહાસિક ૨૪૬ ચરિત્રો	૭૩૨	૩-૦	૦-૭	
„ „ -અંથ રત્ને-મધ્યયુગ ને અર્વાચીન ૧૬૬ ચરિત્રો	૮૦૪	૩-૦	૦-૮	
બાલભારત-(સચિત્ર) સંક્ષિપ્ત મહાભારત	...	૨૮૮	૧-૮	૦-૪
બિરબલ અને બીજા-લે. જ્યોતીન્દ્ર હં. હં. : બાદશાહ				
અને બિરબલની તથા બીજા રમૂજ વાર્તાનો સંગ્રહ	૨૮૦	૧-૮	૦-૩	
બાળસહ્યોધ-(સચિત્ર) વાર્તાઓએ ધાર્મિક શિક્ષણ	૧૨૮	૦-૮	૦-૨	
ગુહિસ્ત-સુઓધપુષ્પવાદિકા-મહાત્મા શેખસાદીકૃત	૧૩૬	૦-૫	૦-૨	
સહ્યુષ્ણી બાળકો-(સચિત્ર) ૬૬ ખરા બનાવોનો સંગ્રહ	૧૩૬	૦-૮	૦-૨	
બાળકોની વાર્તા-બા. ૧લો-ઓધપ્રદ ૨૧ વાર્તા	૮૪	૦-૬	૦-૨	
„ „ -બા. ૨લો-ઓધપ્રદ ૬૧ લેખોનો સંગ્રહ	૨૬૪	૦-૮	૦-૪	
આદર્શ દર્શાવતી બાળા-(૧) ઓધ ૪૨૪ દ્વં. કાં. કાં. ૪૩૨	૪૩૨	૨-૦	૦-૪	
„ „ -(૨) „ ૪૬૫ „ „ ૪૬૬	૪૬૬	૨-૦	૦-૫	



## પ્રકીર્ણ સાહિત્ય

દક્ષપતરામની કવિતા-૮૬ બાધદાયક કવિતાઓ	૧૬૨	૦-૧૦	૦-૨
જ્યેતીનાં મૂળ તત્ત્વો-ભાગ ૧લો-			
(જમીન, પાણી ને ઓળર)	૧૧૬	૧-૦	૦-૨
* „ „ „ -ભાગ ૨જો-(ખેડ, ખાતર ને ખીજ)	૧૧૨	૧-૦	૦-૨
x „ „ „ -ભાગ ૩જો-(કીટક, રોગ અને પશુ)	૧૧૮	૧-૮	૦-૨
„ „ „ -ભા. ૪થો-(ધાન્યવૃક્ષો)	... ૧૫૦	૧-૮	૦-૨
જીવનસંઘામ-નંદલાલ શાહ :	... ૮૦	૦-૮	૦-૧
ભારતીય સંસ્કૃતિ-લે. કનેયાલાલ મા. મુનશી :	... ૧૩૨	૦-૧૨	૦-૨
સુવર્ણયુગ-લે. કનેયાલાલ મા. મુનશી :	... ૬૨	૦-૮	૦-૨
સ્વામીશ્રી અખંડાનંદજીના પત્રો-૮૫ બાધદાયક પત્રો	૨૪૮	૧-૪	૦-૨
આત્મનિરીક્ષણ અને સંકલ્પ-લે. રમણલાલ વા. દેસાઈ :			
સ્વસુધારણાની પ્રેરણા આપતું પુસ્તક(બીજી આવૃત્તિ)	૧૬૮	૧-૦	૦-૨
સાહિત્યપ્રારંભિકા-લે. હિંમતલાલ ગણેશજી અંબરિયા:૧૪૪	૧-૦	૦-૨	
ગુજરાતની ગઝલો-દી. બ. કૃષ્ણલાલ ગવેરી સંપાદિત			
જુહીજુહી ૮૬ ઉત્તમ ગઝલોનો સંગ્રહ	... ૧૮૦	૧-૦	૦-૨
જીવનપગલો-જીવનપંથ ઉલ્લંઘનારો કાવ્યસંગ્રહ	૧૧૨	૦-૧૦	૦-૨
કચ્છની લોકવાર્તા-શ્રી. કુંજરશી ધરમશી સંપાદિત			
રત્નપૂતયુગની કચ્છ દેશની ઐતિહાસિક ઘટનાઓ	૩૫૪	૨-૦	૦-૪
તન્ત્ર કથા-(સચિત્ર) ૨૫ ચિત્રો સાથે	... ૧૬૮	૧-૮	૦-૪
„ „ -(અચિત્ર)	... ૧૫૨	૧-૪	૦-૪

## ચેતના અને પ્રેરણા

અંતરની વ્યથા-લે. 'સોપાન' : ૫ આત્મકથાઓ	૧૬૨	૧-૪	૦-૩
સુબોધકથાસાગર-બાધદાયક ૫૦૫ દર્શાનોનો સંગ્રહ	૪૬૪	૨-૦	૦-૫
આમળ ધસે-('પુશિંગ ટુ ધી ફ્રન્ટ'નું ભાષાંતર: આ. ૩જી) ૪૬૮	૨-૮	૦-૫	
સુખી જીવનનાં સાધન-આનંદી જીવન માટે ઉત્સાહપ્રેરક	૩૧૨	૧-૮	૦-૪

\* આ બંને પુસ્તકો પાઠ્ય પુસ્તક તરીકે મંજૂર થયાં છે.

x ઈતર વાંચન માટે મંજૂર થયું છે.

કલ્પખાનું-અમલવીઓનાં દુઃખ તથા ધનિકોની નિર્દયતા

દર્શાવતી નવલકથા (અષ્ટન સિંકલેરફત) ... ૧૯૧ ૩-૦ ૦-૬

શુભસંગ્રહ-(ભા.૨)દવાઓને ઉપયોગી માહિતી, ૧૪૮ લેખો ૫૪૪ ૨-૮ ૦-૫

„ -(ભા. ૬) „ „ „ ૧૬૫ લેખો ૭૩૬ ૨-૮ ૦-૬

## આરોગ્ય અને વૈદક

સુશ્રુત આયુર્વેદ-વૈદકનો આ મહાન આધારભૂત ગ્રંથ,

મૂળ શ્લોકો, સરળ ભાષાંતર તથા ટીકા-ટિપ્પણો સાથે

બે ગ્રંથોમાં ... ૧૩૭૨ ૧૫-૦ ૧-૮

આયુર્ભિષક્ અથવા હિંદુસ્તાનનો વૈદ્યરાજ-અનેક

વનસ્પતિઓના ગુણદોષ ને ઉપયોગ તેમ જ રોગો,

તેમનાં લક્ષણ ને કારણ તથા ઉપચારોનો મહાન ગ્રંથ ૮૩૨ ૬-૦ ૦-૧૩

ખોરાકના ગુણદોષ-લેખક: ડૉ. રસિકલાલ જે. પરીખ: આયુ-

ર્વેદ પદ્ધતિથી આપણા રોગના ખોરાક માટે માર્ગદર્શન

આપતું પુસ્તક-સુધારાવધારા સાથે નવી આવૃત્તિ ૧૦૦ ૦-૧૦ ૦-૨૧

આરોગ્ય વિશે સામાન્ય જ્ઞાન-ડૉ. મં. ગાંધીજી :

ચરીરચર્યા, હવા, પાણી, ખોરાક, કસરત, કપડાં,

પાણીના તથા માટીના ઉપચાર, ગર્ભવેળા સ્ત્રી-

પુરુષનું કર્તવ્ય વગેરે બાબતો ... ૧૨૮ ૦-૧૦ ૦-૨

વૈદકસંબંધી વિચારો-ભાગ ૨જો : ઉપયોગી ૧૨૮ લેખો ૪૩૨ ૧-૧૨ ૦-૫

આયુર્વેદ નિબંધમાળા-ભાગ-૧,૨ (વૈદ્ય તિલકચંદ

તારાયંદ્રજી) આયુર્વેદ ચિકિત્સાપદ્ધતિએ અનેક

રોગ, તેમનાં લક્ષણ, કારણ ને સચોટ ઉપચારો

સમજાવતા ગ્રંથો ... ૧૧૫૨ ૪-૪ ૦-૧૦

વધુ વિગત માટે વિસ્તૃત સૂચિપત્ર મંગાવો.

## સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય

ડૉ. ભદ્ર પાસે, પોસ્ટ બોક્સ નં. ૫૦, અમદાવાદ અને

કાલબાદેવી રોડ, હાથી બીલ્ડિંગ, ત્રીજો માળે, મુંબઈ-૨.

## આમ સાહિત્યશ્રેણી

ગ્ઞાન-આરત્ર્ય-વર્ધક અને નિર્દોષ આનંદ મેળવી શકાય તેવું સાહિત્ય જૂબ કિંમતમાં પૂરું પાડવાના ઉદ્દેશથી, નાની પુસ્તિકાઓ પ્રસિદ્ધ કરવાનું શરૂ કર્યું છે. મરીખ પણ સંસ્કારી વર્ગ પોતાની ગુંજાશ પ્રમાણે નાની શી લાયબ્રેરી વસાવી શકે એવો આશય છે. ઓક્ટોબર ૧૯૪૮ સુધીમાં નીચે પ્રમાણે પુસ્તકો પ્રગટ થયા છે:

### ધર્મ અને તત્ત્વજ્ઞાન

મનને-આવૃત્તિ રજી ... ..	૩૨	૦-૩	૦-૧
દગ્ધ-દશ્ય વિવેક-સરળ અનુવાદ સાથે ...	૨૪	૦-૨	૦-૧
યક્ષ અને યુધિષ્ઠિર-યક્ષ અને યુધિષ્ઠિરનો સંવાદ મૂળ શ્લોકો સાથે સરળ ભાષામાં ... ..	૬૪	૦-૩	૦-૧
હતાત્રેય-(અવધૂત) હતાત્રેયના ૨૪ ગુરુઓનું સંક્ષિપ્ત વર્ણન ... ..	૮૦	૦-૩	૦-૧
નીતિશતક-(શ્રીભર્તૃહરિ) સરળ અનુવાદ સાથે	૮૦	૦-૩	૦-૧
વૈરાગ્યશતક- " " "	૬૬	૦-૪	૦-૧
શિવમહિમ્ન: સ્તોત્રમ્-મૂળ શ્લોક, અન્વય, અર્થ અને ટિપ્પણ સહિત ... ..	૫૬	૦-૩	૦-૧
કલુઠાભરણમ્-મુખપાઠ કરવા યોગ્ય પ્રાર્થનામંત્રો-અર્થ સાથે	૬૪	૦-૩	૦-૧
ભક્તની સાધના-લેઠ આચાર્યશ્રી ક્ષિતિમોહન સેન: ૭૨	૭૨	૦-૪	૦-૧
ગીતાસાર-કાઠા કાલેલકર: ગીતાનું સંક્ષિપ્ત હોદ્દન ૮૦	૮૦	૦-૪	૦-૧
ગીતાપોથી-ભગવદ્ગીતાની ખાળપોથી-કર્મયોગના ૧૨૫ શ્લોકો, અર્થ તથા વિરત્ત સમન્વિત સાથે ૧૦૪	૧૦૪	૦-૬	૦-૧
ગીતાસંકલન:-સં ૦ શ્રી રમણ મહર્ષિ: બીબ્લ ત્રણ સંકલનો સાથે ... ..	૫૨	૦-૩	૦-૧
શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા-(૧૨ ને ૧૫ અધ્યાય) શ્લોકો તથા અર્થ સાથે ... ..	૪૮	૦-૩	૦-૧
ઉત્તરગીતા-તત્ત્વમોક્ષનો સરળ અનુવાદ-મૂળ શ્લોકો સાથે ૬૪	૬૪	૦-૬	૦-૧

પ્રેમપંથ-(૧) લે૦ મ. ગાંધીજી :	...	...	૧૪	૦-૩	૦-૧
પ્રેમપંથ-(૨) લે૦ મ. ગાંધીજી :	...	...	૧૦૪	૦-૪	૦-૧
મહિરત્નમાળા-ચંકરાચાર્ય : સરળ અર્થ, શ્લોકો સાથે	૧૬	૦-૧૧	૦-૧		
જ્ઞાન અને કર્મ-લે૦ સ્વામી અદ્વૈતાનંદ :	...	૭૧	૦-૩	૦-૧	
પરમ પુરુષાર્થ-લે૦ ,, ,, : માનવજીવનનો ઉદ્દેશ	૧૨૦	૦-૬	૦-૧		
આર્ય, બૌદ્ધ અને જૈન ધર્મના મૂળ સિદ્ધાંતોનો					
સમન્વય-લે૦ પંડિત બહેચરદાસ દોશી	...	૪૮	૦-૩	૦-૧	
નારદનાં ભક્તિસૂત્રો-મૂળ શ્લોકો, અર્થ તથા વિવેચન સાથે	૬૪	૦-૩	૦-૧		
જ્ઞાનનાં ઝરણાં-(આવૃત્તિ ૩૭) લે૦ સ્વામી માધવતીર્થજી :	૬૪	૦-૩	૦-૧		
શ્રીરામકૃષ્ણ વાર્તાલાપ-(૧) અનેક રસપ્રદ બોધક					
પ્રસંગો-ઉપદેશો	...	...	૯૬	૦-૬	૦-૧
શ્રીરામકૃષ્ણ ઉપદેશ-બોધદાયક ઉપદેશો	...	૮૮	૦-૫	૦-૧	
વિચારસૂર્યોદય-સ્વામીશ્રી માધવતીર્થજી :	...	૬૦	૦-૩	૦-૧	
ઉચ્ચ જીવન-ડૉ. હરિપ્રસાદ મજરાય દેસાઈ : (આ. ૧૬૧)	૫૬	૦-૩	૦-૧		
ધ્યાન અને જ્ઞાન-લે૦ સ્વામી માધવતીર્થજી : નવી આવૃત્તિ	૪૮	૦-૩	૦-૧		
બંસીમાં ભગવાને શું ગાયું ?	...	...	૬૪	૦-૩	૦-૧

## ચરિત્રો

રામાયણની રહસ્યકથા-રામાયણનાં પાત્રોનો					
દ્વંદ્વો સાર	...	...	...	૧૬	૦-૧ ૦-૧
ભક્ત જ્ઞાનરામ-મહાન પ્રેમભક્તના જીવનપ્રસંગો	૬૪	૦-૩	૦-૧		
ચંદ્રહાસ-ભક્ત ચંદ્રહાસની કથા સારરૂપે	...	૬૪	૦-૩	૦-૧	
સુદામાચરિત્ર-પ્રેમાનંદકૃત	...	...	...	૬૪	૦-૩ ૦-૧
ભક્ત શેહિદાસ-ચરિત્ર	...	...	...	૪૮	૦-૩ ૦-૧
શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસ-(કિરોરો માટે)	...	૮૮	૦-૬	૦-૧	
સ્વામી રામતીર્થ-(કિરોરો માટે પ્રેરણાદાયી દ્વંદ્વ ચરિત્ર	૭૨	૦-૪	૦-૧		
સતી સાવિત્રી-સત્યવાન ને સાવિત્રીની રોચક કથા	૫૨	૦-૩	૦-૧		
ભક્ત આંબરીષ-ચરિત્ર	...	...	...	૫૬	૦-૩ ૦-૧
ભક્તરાજ હનુમાન-દ્વંદ્વ જીવનચરિત્ર	...	...	...	૭૬	૦-૬ ૦-૧
શ્રીતૈલ્લંકસ્વામી-વિશુદ્ધાનંદ તથા પૌહારીબાળાનાં ચરિત્રો	૮૮	૦-૪	૦-૧		
બાળકોના વિવેકાનંદ-લે૦ પ્રફુલ્લ ઠાકોર :	...	૬૪	૦-૪	૦-૧	

આખજી બાપા-આદર્શ સંત ... .. ૧૪	૦-૪	૦-૧
સંત કબીર-(સચિત્ર)સચોટ પ્રસંગો આલેખતું દ્રુપ્ત ચરિત્ર ૫૬	૦-૩	૦-૧
નાનકદે બાપા-એક આદર્શ વેદ (આવૃત્તિ બીજી) ૭૨	૦-૩	૦-૧

## સંતવાણી

કબીરની સાખીઓ- .. ... ૮૦	૦-૪	૦-૧
છોટમની વાણી-મહાત્મા છોટમનાં ૬૬ પદોનો સંગ્રહ ૭૨	૦-૪	૦-૧
ભક્ત સુરદાસનાં પદો-દ્રુપ્ત જીવનચરિત્ર સાથે ૮૦	૦-૪	૦-૧
ધીરા ભગતનાં પદો-સં. શ્રી. હુગરશી ધરમશી સંપટ: ૮૦	૦-૪	૦-૧
લોભ ભગતના સાખીઓ-સં. ,, ,, ,, ૬૬	૦-૬	૦-૧

## વાર્તાઓ-નાટકો

મેનાવતી ને ગોપીચંદ તથા ભતૃહરિ ને વિઠ્ઠલ-

લે. સ્વ. કલાપી ... .. ૪૮	૦-૩	૦-૧
મમજી નારદ ને પાંડુ ઝંબેરી-અનુ: પદાવતી દેસાઈ: ૫૨	૦-૩	૦-૧
મહાલક્ષ્મી અને અલર્ક-ચરિત્ર સાથે તત્વજ્ઞાનનો ઉપદેશ ૬૬	૦-૫	૦-૧
જેસલ ને તોરણ તથા ભલ્લું ધરને ગોપીચંદ-સ્વ. કલાપી ૫૬	૦-૩	૦-૧
દુષ્યંત ને શકુંતલા અને બીજી વાતો- ... ૬૬	૦-૬	૦-૧
ધાવણીની ધાર અને બીજી વાતો-લે. ચુનીલાલ મડિયા:		
માનવસ્વભાવ અને લાગણી પ્રગટ કરતી ૪ વાતો ૭૬	૦-૩	૦-૧
કાળચુખી અને બીજી વાતો-(સચિત્ર) લે. ચુનીલાલ મડિયા:		
કાઠિયાવાડી જીવનની રસિક પથ્થુ નિર્દોષ ૫ વાતો ૬૪	૦-૩	૦-૧
સમ્રાટ એલ્જિક અને દેવી નંદા-જેન સંસ્કૃતિની		
બે નાટિકાઓ ... .. ૬૪	૦-૩	૦-૧
કેરીની મોસમ અને બીજી વાતો-લેખક: શયદા: માનવ-		
હૃદયની સારી-નરસી લાગણીઓ વ્યક્ત કરતી ૭ વાતો ૭૬	૦-૫	૦-૧
આણેલો અને નવું ફેલવે સ્ટેશન-શ્રી. ચુનીલાલ વ. સાહ: ૬૦	૦-૪	૦-૧
જીવનનો મર્મ-લેખક: સોપાન: ... .. ૮૪	૦-૬	૦-૧
નવજવાન ,, ... .. ૬૪	૦-૪	૦-૧
અહિંસાનું રહસ્ય ,, ... .. ૭૨	૦-૪	૦-૧
ઓ જીવંત પુરુષ ! ,, ... .. ૫૬	૦-૪	૦-૧
આશાને અજવાળે ,, ... .. ૫૬	૦-૪	૦-૧

## બાળકોને ઉપયોગી

બાળકોના આચાર-બાળકોને સદ્વર્તન સીખવતા પાઠો	૪૦	૦-૨	૦-૧
બાળકોની રીતભાત- „ „ „ „	૪૦	૦-૨	૦-૧

## આરોગ્ય ને વૈદક

વૈદકના અકસીર ઉપાયો-બાલબોધોદય નામની પુસ્તિકા ઉપરથી તૈયાર કરેલું શ્લોકો, અર્થ અને ઉપયોગી ટિપ્પણો સાથેનું પુસ્તક ... ..	૧૧૨	૦-૬	૦-૧
જીવનચર્યા-દિનચર્યા, રાત્રિચર્યા, ઋતુચર્યા અને સદ્વર્તનના નિયમો ... ..	૮૦	૦-૩	૦-૧
પાઠ-ઔષધિ-ચિયાળામાં ખાવા લાયક ૮૦ પાકો બનાવવાની રીત તથા ઉપયોગ ... ..	૮૦	૦-૬	૦-૧
સોનેરી સૂચનો-લે૦ ડૉ. રસિકલાલ પરીખ: ૧૧૨	૦-૬	૦-૧	
કવાચ-ઔષધિ-સો ઉપયોગી કવાચો તથા તેનો ઉપયોગ ૬૪	૦-૬	૦-૧	
હરડે-(સચિત્ર) સુધારાવધારા સાથેની બીજી આવૃત્તિ ૮૦	૦-૬	૦-૧	
ચૂર્ણ-ઔષધિ-સો ઉપયોગી ચૂર્ણો બનાવવાની રીત તથા ઉપયોગ... ..	૭૨	૦-૩	૦-૧
માંદાનો આહારવિહાર-આયુર્વેદ પદ્ધતિએ કરેલું માર્ગદર્શન ૬૪	૦-૩	૦-૧	
માંદગીનાં કારણો- „ „ ૬૬	૦-૬	૦-૧	
માંદગીમાં ઉપવાસ- „ „ ૧૧૬	૦-૬	૦-૧	

## કાવ્ય

શ્રીમંતોનો સડો-(આ. બીજી) લે૦ શ્રી. ઈશ્વર ધોળકિયા: ૬૪	૦-૪	૦-૧	
જયભારતી-લે૦ 'શયદા'-ભારતની ચડતી પડતીનું દિગ્દર્શન ૩૬	૦-૬	૦-૧	

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય } ડૉ. અમદાવાદ  
ને ગુજરાત-૨

‘સસ્તું સાહિત્ય એટલે ઊંચામાં ઊંચું સાહિત્ય’

## ઉપયોગી ગ્રંથો

**સુશ્રુત આયુર્વેદ :** એ ગ્રંથોમાં

આયુર્વેદનો મહાન ગ્રંથ-સરળ ભાષાંતર સાથે. પ્રત્યેક વાચકને અને ખાસ કરીને પ્રત્યેક વૈદ્ય-દાકતરને વસાવી લેવા ભક્ષ્યમણ છે : પાન ૧૩૭૨ : રૂ. ૧૫)

**મહાભારત :** દળદાર સાત ગ્રંથોમાં ભાષાંતર

ઇતિહાસ, પુરાણો, ધર્મશાસ્ત્રો વગેરેમાં જે કંઈ છે, તે બધું આ ગ્રંથમાં જ છે; આજે જ વસાવી લો. પાન ૫૨૦૮ : ચિત્રો ૨૮ : રૂ. ૪૫)

**પુરુષાર્થબોધિની ભગવદ્ગીતા :**

શ્લોક, અન્વય, અર્થ : દળદાર એ ગ્રંથોમાં :

વેદ-ઉપનિષદના મંત્રોનો પૂરેપૂરો સમન્વય દેખાડતી પં. સાતવલેકરજીની પુરુષાર્થબોધિની ટીકા સાથે.

પાન ૧૦૬૮ : : રૂ. ૧૦)

**ઉપનિષદો :** ત્રણ ગ્રંથોમાં-મૂળ સાથે ભાષાંતર

૧. એકાદશ ઉપનિષદ : પાન ૪૫૨, રૂ. ૨૫

૨. બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ : પાન ૨૪૮, રૂ. ૧૫

૩. સો. ઉપનિષદો :

જેમાંનાં ૨૮ ઉપનિષદોનું મૂળ સાથે સરળ ભાષાંતર આપ્યું છે તે આઠીનાં ૭૨નું ભાષાંતર માત્ર સારરૂપે આપ્યું છે. પાન ૭૨૪ : રૂ. ૪૫

## સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક દાર્યાણ્ય

ડૉ. ભદ્ર પાસે, પોસ્ટ બોક્સ નં. ૫૦, અ. : અને  
મહાબાલેવી રોડ, હાથી બીલ્ડિંગ, ત્રીજો માળ, મું. ૧૧૬-૨

